

ТРАНСПОРТ



Пътуването
между
балканските
столици остава
бавно и трудно
На стр. 8

ПРИЗВАНИЕ



Д-р Горанова
се справя
с най-тежките
съдови операции

На стр. 19

Actavis

Наг **700 000** читатели всяка седмица

Брой 39 (120), 28 октомври - 3 ноември 2014 г. (год. III)

ЖИВОТЪТ ДНЕС

www.jivotatdnes.bg

Разпространява се
безплатно

Снимка Росен ВЕРГИЛОВ



**Максим Бехар:
Социалните
медии ще
променят
и политиката**

Интервю на Петър Галев на стр. 7

**В българския
преход
всички
пренебрег-
наха
обществения
интерес**

На стр. 6

**Истински
добро
образование
има своята
цена**

На стр. 12

**Доц. Крум
Кацаров от
ВМА стана
Лекар на
годината**

На стр. 20

**История:
Двете лица
на
Александър
Стамболий-
ски**

На стр. 14



Гликираният хемоглобин (HbA_{1c}) 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 се постигнат и поддържат HbA_{1c} < 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.

T MARKET

ЦЕНИТЕ СА ВАЛИДНИ ОТ 28 ОКТОМВРИ ДО 03 НОЕМВРИ

033 Цена за 33 броя, 1 кг	055 1,38 лв/кг
419 4,19 лв/кг	299 2,99 лв/кг
Краве сирене "Бил извор", кг (от нашата мазилна витрина)	Маслини УСЛУ трапезни 340-380, кг (от нашата мазилна витрина)
199 Цена за ограничен	400 г
Сладки "Ты-Ми" Асортно 400 г	



**Лудогорец
отново
триумфира!**

На стр. 31

Бизнес отношенията между България и Турция направиха крачка напред

Българският форум на бизнес лидерите (БФБЛ) съвместно с Турската конфедерация на предприемачите и индустриалците (ТУС-КОН) проведе конференция и двустранни срещи в Истанбул. Събитието имаше за цел да представи настоящата икономическа ситуация в Турция, най-бързо развиващите се сектори и възможностите за инвестиции и износ, които се откриват пред компаниите от България. Основният фокус на посещението бяха преките разговори между представители на фирми от двете страни.

Конференцията бе открита от Ираван Хи-

ра, председател на БФБЛ, който представи най-голямата общност на отговорния бизнес у нас, и Ахмет Рамазан Ердоган, член на Изпълнителния съвет на ТУС-КОН, една от най-мащабните и влиятелни бизнес асоциации в Турция. И двамата се ангажираха с по-нататъшно задълбочаване на сътрудничеството помежду си и на връзките между своите членове.

Участниците бяха приветствани и от българския генерален консул в Истанбул Ангел Ангелов, който призова за използване на потенциала на компаниите от двете страни и засилване на двустран-

ните икономически отношения.

В делегацията на БФБЛ участваха и Максим Бехар, член на Борда и управител на МЗ Комюникейшънс груп, по чиято идея бе организирано събитието, Гилбърт Маккоул, финансов контролор на БФБЛ и партньор в Кей Пи Ем Джи България, и Петър Велев, член на Борда и управител на Кредо Уеб. Сред специалните гости бяха и българският търговски аташе в Истанбул Тошко Томов и Юксел Налбант, член на Изпълнителния съвет на ТУС-КОН.

Официалната част бе последвана от предварително уговорени



Петър Велев, член на Борда на БФБЛ и управител на Кредо Уеб, Георги Руйчев, изпълнителен директор на БФБЛ, Ираван Хира, председател на БФБЛ, Ахмет Рамазан Ердоган, член на Изпълнителния съвет на ТУС-КОН, Ангел Ангелов, генерален консул на България в Истанбул, Максим Бехар, член на БФБЛ и управител на МЗ Комюникейшънс груп, Ханс Бруке, директор на Би Ен Пи Париба България, Гилбърт Маккоул, член на Борда на БФБЛ и партньор в Кей Пи Ем Джи

B2B срещи между български и турски компании. Представителите на Уолтопия, Кредо Уеб, Технологиика, Би Ен Пи Париба България, Адифарм имаха възможност да предложат своите продукти и

услуги на потенциални турски партньори, подбрани сред многобройните членове на ТУС-КОН.

Осъществяването на бизнес контакти с надеждни партньори е сред основните акцен-

ти на дейността на Форум. "С успешното си първо посещение извън страната БФБЛ доказва, че е динамична и жизнена организация", каза в заключение нейният председател Ираван Хира.

DOLOREN

Ibuprofen

Хвърли болката!

Долорен е ефективен при:

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

А88/12.06.2014

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. 1, 1421 София, България
Тел: 02/ 963 15 96, 963 15 97, Факс: 02/ 963 15 61

Fibank стартира конкурса "Най-добра българска фирма на годината"

За трета поредна година инициативата на Fibank (Първа инвестиционна банка) "Най-добра българска фирма на годината" ще отличи успешните български компании, които са постигнали високи резултати през изминалата година.

"Тази година въвеждаме нова категория - "Внедряване на иновации", в която ще бъдат отличени компаниите с опит в разработването и внедряването на иновативни продукти и услуги. Тази категория е важна, защото показва добрите практики, които водят до успешна реализация на пазара и повишаване на конкурентоспособността на фирмата", каза Васил Христов - изпълнителен директор на Fibank.

Всички фирми, които отговарят на условията за участие, могат да се включат в конкурса чрез попълване на специалните онлайн форми в секция "Регистрация" на сайта.

В миналогодишното издание на конкурса

участваха повече от 100 български фирми от различни сектори на икономиката. Награди бяха присъдени в три отделни категории - "Микро- и малки фирми", "Средни и големи фирми" и "Награда на публиката". Печелившите бяха избрани според подадените от тях финансови и други параметри, като важен компонент от общата оценка беше корпоративната социална отговорност на компанията.

В третото издание на конкурса остават задължителни условията кандидатите да имат български капитал, български мениджмънт и да представляват българска марка.

Всички фирми, които отговарят на тези условия, могат да участват до 31 октомври 2014 г. включително чрез попълване на специална онлайн форма за регистрация на сайта на конкурса -

www.naidobrafirma.bg

Цена 399 лева

Li Tour

Петзвездна Нова година в Белград

хотел "Метропол Палас" - 5 звезди, с комфортен автобус от 30.12.14 - 02.01.15 само за 399 лв.

Телефон за резервации 02/9891555. www.li-tour.com

В епицентъра на медиите

Бъдещето на КТБ

Не само вложители или заинтересовани кръгове, цялото ни общество ще загуби, ако банката се ликвидира. Ще е много по-добре, ако банката се възстанови - дори при тази ситуация, ако капиталът ѝ бъде увеличен с нови акции, които да се притежават от Фонда за гарантиране на депозитите. Но да се изправи финансовият министър, да заяви на хората, че това е една държавна банка, която ще работи както трябва, и мисля, че при съответните лихви хората няма да си теглят парите. Загубите при този вариант ще бъдат много по-малки, отколкото при една ликвидация. При фалит на КТБ ще има скок на лихвите по заемите заради увеличаване на риска.

Проф. Христина Вучева, Дарик

БНБ е длъжна по закон да отнеме лиценза на КТБ, при положение че капиталът ѝ е отрицателен и това формално е констатирано в докладите на одиторските компании. Парламентът и политиките не трябва да имат нищо общо с решението за бъдещето на КТБ. Смисълът на независимостта на БНБ е тя да може да решава по закон, без да пита политиките.

Иво Прокопиев, bTV

От затварянето на КТБ до обявяването на доклада на одиторите минаха повече от 4 месеца. Аб-



солютно загубено време, в което констатациите потвърдиха факти, които явно са били известни още в началото на кризата с КТБ както в БНБ, така и в кабинета "Орешарски" - че състоянието на банката не е добро въпреки напудрените отчети, които тя представяше на всяко тримесечие.

В крайна сметка едва ли ще се намери рикарят на бял кон, който ще спаси КТБ, като осигури "едни четири милиарда".

Навремето фалитът на "Лимън брадърс" даде формалния старт на финансова криза, която прерасна в глобална икономическа криза. Какво ли ще донесе за българската икономика един (потенциален) фалит на КТБ?

Емил Петров, Клуб Z

Три счетоводни компании са оценили кредитния портфейл на КТБ. Поради липса на достатъчно обезщетение по кредити 4,2 млрд. лева е счетоводната обезценка. Може да се каже обаче, че в доклада няма ня-

кои от страшните неща, които преди се говореха за прокурори, за изнесени пари с чували, нито има липсващи кредитни досиета. По сегашния закон за кредитните институции до 30 октомври квесторите трябва да отразят оценката в отчетите за КТБ, което означава, че банката ще стане с отрицателен капитал. Това означава в петдневен срок БНБ да вземе решение за отнемане на лиценза и след това в 20-дневен срок да започне изплащането на депозитите на тези, които имат до 100 000 евро, и то ако договорите им не са със специални условия.

Владимир Каролев, БНТ

Ако това е истинското състояние и цифрите са верни, то просто няма банка и няма какво да се спасява. Остава да предадем на историята мощите и да започнем да търсим какво е това безумно престъпление, което е довело 80% от субстанцията на една банка да изчезне.

Емил Хърсев, ТВ7

В КТБ има три казуса - гарантирани депозити, негарантирани депозити и предоставени необезпечени кредити. По кой от тях работим и кой работи? Това са една китка от проверяващи - банков надзор, одитори, прокурори, квестори, следователи и вещи лица. Знаете ли каква безотговорност е това? И всеки чака някакъв резултат от някого. Този букет от проверяващи ще създаде проблем, защото между тях няма връзка. Няма координация между проверяващите, защото за тях е валидна различна нормативна уредба. Кой ръководи сега банката? Кой оперира с парите, които получават от погасени кредити и от лихви? Този, който получава парите от погасените кредити, той трябва да извършва и обезпечаване на кредитите, предоставени без обезпечение и без документи. Банковият надзор трябва да определи как да стане това обезпечаване. Трябва да се търси къде са парите. Никой не обсъжда къде са те. Тези, които са получили парите, са подготвили и схемата за банката. Другите нямат интерес. Този, който има да връща пари, той го е направил, но това не е един човек. Например одиторите проверяват балансите и числата, но те нямат задължението да търсят парите за предоставените кредити. Надзорът на банката трябва изцяло да вземе управлението и

да върши тези неща. Не може да се чака ново правителство. Трябва да се действа.

Борис Митев, "Труд"

Сбъднаха се най-лошите прогнози за КТБ. Проблемът е сериозен, защото продължаваме да сме в политическа неопределеност. От това, което научаваме, шансът да бъде продадена банката и да бъдат спасени големите депозити на публичните предприятия е малък.

Тихомир Безлов, Фокус

Това не е банка, а пирамида. Най-силно доказателство за това е изявлението на Стоян Александров, който каза: "Говорих с Цветан Василев, който има имуществено за 600 млн. лв., което не е ипотекано в банката и което той е готов да върне, за да запълни дупката в банката". Това показва, че Василев е източвал банката и е купувал имоти и бизнес на свое име и на своя кръг. Следва да се види каква работа е вършил надзорът в БНБ. В доклада ще излязат интересни и любопитни данни, че решенията ги е вземал еднолично Цветан Василев. Например да се извадят факти около това как КТБ и ТБ "Виктория" са наемали помещения за своята работа (офисите) от фирми, които са получили огромни кредити от КТБ. Наемните договори са между 30 и 50 евро на кв.м.

Емил Димитров-Ревизоро, агенция ПИК

ПОСОКИ

Розовото се спуска



Петър ГАЛЕВ

Ако има нещо положително в казуса "КТБ", това е, че окончателно слага край на много от илюзиите и малформациите на прехода. Перпетуум мобиле няма не само във физиката, но и във финансите. "Вторият начин" за вършене на нещата, задният вход за "наши хора", условията "като за приятели" умряха. Днес е много болезнено за едрите вложители да го осъзнаят, но как са си представяли, че една банка дава два пъти по-изгодни лихви от другите? Ето как - фалшиво и с цената на огромни нарушения. Лошото е, че и хора, които наистина трудно връзват двата края, се лишиха за дълго от достъп до няколкостотин или няколко хиляди лева. Е, те със сигурност ще си вземат парите - надявам се скоро - заедно с урока, че когато нещо изглежда прекалено и само хубаво, не е реално. Ясно е, че и сред останалите собственици на влогове има много честни хора. Но след като са спечелили подобаваша сума, се предполага, че знаят закона, разбират от бизнес, следят логиката на пазара и преценяват дали да поемат риск. И този път начинанието се провали. Не ми се вярва гражданското общество (колкото и злобно да го иронизират като "умните и красивите") да допусне цяла България да плаща за далаверите на ограничен кръг тарикати. След този срив трудно ще се пръкват банкери и банки със специален статут. Важното е и ние да мислим повече къде влагаме парите си. Добрата новина е, че влоговете се увеличават, защото нормалните банки издържаха сериозен тест, без да се огънат. Дано в другите важни сфери - здравеопазване, образование и пенсионно дело, да не мимнем през пропастите тип "КТБ", преди да ги стабилизираме.

СТОП КАДЪР



Преговорите за съставяне на кабинет показаха, че политиките ни могат да разговарят по цивилизован начин

Да се страхуваме ли от бежански поток към България?



Проф. Владимир Чуков, арабист

Трябва да наблюдаваме какво става в Турция

Може би вътрешнополитическата тематика измести на втори план проблеми, които са с външнополитически източник. Като европейска държава ние трябва много бързо да се опитаме да преодолеем голямото предизвикателство, каквото е съставянето на правителството, и ясно да се очертаят формулите за справянето с другото предизвикателство - бежанския поток. През последния месец темпът, с който нараства броят на бежанците, е увеличен значимо, дори спрямо тяхното ниво през миналата година. А тази тенденция е от две години. Най-вече говорим за онази част от бежанците, които са свързани с преките военни действия в Северна Сирия, Ирак. Това е взривоопасна зона, която

отстои на около 1500 км от България. Турция има способността да приема на своя територия огромни бежански потоци. Да си спомним края на 90-те години, 2000 г., 2003 г. Но след това, което се случва в Сирия, в Турция потоците са огромни. Наскоро се появи числото 1,6 млн. бежанци. Така че нашата съседка буквално се пука по шевовите, дори помощите, които се отпускат от ЕС, от ООН, не могат да компенсират ситуацията в Южна Турция. В местните вестници дадохме едни карти, които очертахме и присъствие на терористични групировки. Така че ситуацията там трудно се контролира и не е много ясно докъде може да се раздува балонът. Затова много внимателно трябва да наблюдаваме това,

което става там. Що се отнася до оградите по границите - световната практика познава различни инструменти за минимизиране на бежанските потоци. Подобна преграда беше направена на границите между Гърция и Турция, между САЩ и Мексико, Палестина и Израел. Такива прегради са част от мерките, но не могат да бъдат единственото нещо. Каналджиите са толкова изобретателни, че намират начин да преодолеят всякакви видове прегради. Това не означава, че трябва да се откажем от този вариант, той е част от световната практика. Преградата ще отсее огромния поток, но в никакъв случай не бива да го смятаме за крайното решение на проблема.



Елена Йончева, журналист

За нас това е нов проблем и тепърва ще се учим

Смятам, че подценяваме темата за бежанския поток и темата за ИДИЛ и това, което се случва на територията на Сирия и Ирак, а бежанците са следствие на това. Ние не можем да останем изолирани от онова, което се случва в нашия регион. На границата на Турция и Сирия се води война, това е съвсем близко до нас. Може да се каже, че ИДИЛ са пред нашата врата. Тази тема започна да се обсъжда наскоро, а това е проблем, който е актуален в последните две години. Нормално е да нямаме подготовката да посрещнем бежанците, каквато имат италианците, испанците, гърците. За нас това е нов проблем и има тепър-

ва да се учим. Но големият въпрос идва от друго. В Сирия се бият над 3000 европейци за ИДИЛ. Част от тях са граждани на Балканите. Това не трябва да се драматизира, а да се дава информация какво се случва в региона. Но да видим и какво става в Турция, която е наш партньор в НАТО, и дали тази страна не играе двойна игра. Ще ви дам няколко факта. Лидерът на най-голямата опозиционна партия в Турция каза в интервю, че турските специални части активно въоръжават екстремистите от Ислямска държава. Той допълни, че Ислямска държава продава петрол в Турция, че има офиси на ИД. Преди една година съ-

щият лидер спомена, че бойци от Свободната сирийска армия, голяма част от тях преминаха на страната на ИД, се обучават на турска територия. Джо Байдън - вицепрезидентът на САЩ, пред студенти в Харвард открито каза, че Турция подкрепя ислямистите. Той говореше за стотици хиляди тонове оръжие и милиони долари, които е предала Турция на бойците от Ислямска държава. Турският президент поиска извинение от Байдън, такова не получи. Така че големият въпрос е какво прави нашата съседка, за да спре ИДИЛ да се доближи до нашата порта. А бежанският поток е следствие от всичко, казано дотук.



Мохамед Халаф, журналист

Смятам, че ситуацията все още е под контрол

Ситуацията близо до България, това, което се случва в Сирия и Ирак, и напредването на бойците на ИДИЛ към кюрдските градове създава ситуация за нова вълна от бежанци. Засега те се насочват към Турция. Но в един момент ще тръгнат и към другите държави. Тъй като България е най-близо до Турция и ако не се вземат мерки, това ще предизвика нови вълнения и ще засили антибежанските настроения. Възможно е такива настроения да се използват от различни политически проекти, но най-потърпевшото ще е българското общество. Все пак мисля, че нещата не са толкова драматични както в началото, когато много хора се насочиха насам. Засега международната коалиция и ударите срещу позициите на ИДИЛ успяха да ограничат тяхното влияние. Турция обаче няма никакъв интерес

ИДИЛ да бъде победена. Те искат ИДИЛ да нанася повече поражения на кюрдите, защото смятат, че те са част от PKK, която се смята от ЕС, САЩ и Турция за терористична организация. Това не освобождава правителството на България, макар че ситуацията е сложна, защото няма стабилно правителство, но служебното правителство не е освободено от предприемането на мерки или план за създаване на кризисна група, която да формира мерките, за да не бъдат изненадани институциите. Все пак смятам, че ситуацията е още под контрол, и не мисля, че ще има големи вълни от сирийци или сирийски кюрди към България. В момента те се насочват към Турция. Проблемът е, че идват бежанци от Африка, Афганистан. Има различни групи от каналджиите, всичко става с пари, има корумпирани служители. То-

зи проблем засяга и другите държави. А съседните държави на Сирия са препълнени - в Йордания са 1,5 млн. бежанци, в Турция - също 1,5 млн., в Ливан правителството взе решение да не се допускат повече бежанци на нейна територия, защото нямат възможност. България също няма възможности. ЕС използва страната като защитна стена, но те са далече и не са солидарни в този проблем. Да, те дават пари, но къде отиват те, не мога да ви кажа. Това, че се харчи за всеки бежанец по 1000 лева, не е вярно. Такива услуги на тази стойност не са им предоставени. Това означава, че или има голяма корупция, или тези средства се пренасочват другаде.

Компанията ни наскоро беше отличена в класацията на Deloitte Technology като една от 50-те най-бързо растящи компании в сектор Информационни технологии на Балканите - с най-голям растеж на приходите през последните 5 години. Естествено и екипът ни се разширява. Всеки, който започва работа при нас, преминава през задължително обучение. В IT индустрията всичко се развива с бърза скорост и трябва да си в крак с нуждите на клиентите.

Време разделно, или „Втората вълна“ на прехода

Изборите потвърдиха усещането, че сме в крайната фаза на разпада на модела на прехода. Остава той да се "осчетоводи". Какво следва не е ясно, което плаши всички едновременно и поотделно. Ако няма печеливши, то е защото политическият процес е пределно фрагментиран от разнопосочието на едновременно действащите инстинкти за спасение на отделните партийни или бизнес групи - това, което нарекох "отломките от модела на прехода". В отсъствието на хоризонт на спасението те предпочитат индивидуалната акция и защита на интереса си за сметка на другите.



Илиян ВАСИЛЕВ

Трудностите в намирането на общия обществен знаменател произтичат от това, че моделът е рухнал, системите за поддържане на жизнените му функции са изключени. Очертават се щети, загуби на перспектива и фалити - партийни, корпоративни и персонални.

Който и да дойде на власт, ще трябва неизбежно да прави реформи, а те в класическия случай отнемат, а не добавят политически и произведен от него друг капитал. Пребиваването във властта в следващото правителство трудно ще доведе до осребряване на властови позиции в мащабите, познати досега. Управленците са заобиколени от дефицити и сриващи се икономически и социални системи, а на улицата има недоволни протестиращи.

Истината е, че за разлика от 2009 и 2013 г. опциите за управление са отчайващо оскъдни. Линеарните очаквания, че чрез емисия на огромен дълг ще може да се осигури минимален комфорт и жизнен простор за реформи на следващото правителство, са в най-добрия случай наив-

ни. Очаква ни управление в условията на ескалиращи дефицити и режим на лишения, институционална и икономическа криза, които не оставят никакво място за "царуване" и изискват къртовска и неблагодарна работа на правителство, което трябва да бъде екип от ярки и самостоятелни фигури с личен авторитет, с ясна програма и с максимално широка обществена подкрепа.

Следващият министър-председател го чака трънен венец, а не корона.

Именно отлагането на реформите "до последно" изчерпа жизнените сили на модела на прехода и лиши от перспектива традиционните играчи. Опитът да се налее свежа кръв и пренареди властовият пъзел, като се съхрани мрежата от формални и неформални зависимости, е обречен - имаме систематичен срив и нужда от рестарт.

По всичко изглежда, че паралелно с разрушението на старите и изграждането на новите структури ще текат и процеси на замитане на следите. Не се заблуждавайте, показният публичен разстрел на КТБ не лекува системна болест, а крие лични отговорности. "Порочните практики" не са ограничени само до тази банка, този собственик и тези кредитополучатели.

Трагедията на "паразитиращата" прослойка на преразпределителите е, че тя няма шанс в условията на функционираща пазарна икономика и конкурентна, а не управляема демокрация. Те имат компании и



бизнес, които са напълно производни и скачени с държавата и поради това тотално зависими от постоянния приток на средства, субсидии и поръчки от държавата, както и постоянна защита на съдебните и правораздавателните органи.

Олигархичните кръгове у нас така и не успяха да използват близостта си до властови ресурс, за да създадат пазарно устойчиви и конкурентни модели на бизнес, които да могат да оцелеят самостоятелно извън държавната "ясла".

Неслучайно родните компании продължават да "потъват".

Дори там, където имаме наши динамични и глобализирани компании с възможност да изтеглят икономиката, от ново същите преразпределители спъват развитието им, като ги натоварват с ненужните разходи на своето посредничество и възпроизводство. Оттук следва стагнация, непрестанна борба за оцеляване и... емиграция на капитали или квалификация.

Посредниците генерират пари и влияние от търговията с влияние или власт, от препродажба на купени на изкуствено занижени цени държавни активи - заемки на земи, недвижимост, гори, от продажбата на стоки и услуги на държавата по завишени цени, от достъпа до необезпечени кредити, които могат и да върнат, от неплащане на данъци и мита, а в редица случаи и от най-обикновени кражби. Нищо от тяхната дейност не добавя, а по-скоро отнема стойност, като компрометира общата перспектива за развитие на ико-

номиката и обществото.

Независимо от разрушителната дейност на преразпределителите в държавата досега винаги е оставал достатъчен ресурс, който да гарантира възпроизводството на модела на прехода.

До тази година, до това правителство.

Едновременно или по-скоро взаимнообусловено един след друг се сриват източниците на всички доходи - банките, европейските средства, енергетиката, здравеопазването, държавните поръчки и т.н. Тези сектори повече не са в състояние да генерират финансовите потоци, от които имат нужда преразпределителите.

Непременно условие за обръщане на посоката на движение на нацията е да възстановим контрола си върху ресурсите и възможностите за развитие, като пресечем рязко изтичането на ресурси и перспективата извън страната или вътре в нея към непроеизводителните прослойки на обществото. Без да се освободим от тези окови и дадем простор на предприемчивите и можещите, сме обречени като нация. При това още в границите на сегашните поколения.

Вътрешните ограничители не са единствените спирачки - живеем в несигурна и нарастваща непредсказуема външна среда. За пръв път от близо век насам нашият - Черноморският регион - е център на глобална политическа тежест. Русия и Турция се намират в експанзионистичен модус, което не вешае нищо добро. Всичко, което визиравме или предполагахме като национален подем на

България, ще свие възможностите им за влияние и присъствие.

Също толкова наивно е да смятаме, че ще можем да продължим нататък, без да възстановим защитните си сили, в това число и отбранителната си способност.

Ниските разходи за отбрана водят до по-високи рискове и несигурност, които свиват избора на оптимални решения на институциите, корпорациите и гражданите, а това е предпоставка за изтичане на национално богатство.

Единствено възможната проекция за национално възвръщане е ускорената интеграция

(в европейския банков съюз, в еврозоната, в Шенген, в ОИСР) и синхронизиране на развитие и ценности в рамките на колективните системи за икономическа и военнополитическа сигурност - Европейския съюз и НАТО. По-плътната евроатлантическа интеграция дава огромни възможности да я представяме и реализираме общи политики в този невралгичен за световния мир и сигурност район.

В разрухата след кризата едва ли някой ще потърси персоналната отговорност. Вината ще се отнесе към циклическите кризи изобщо или към извънредните обстоятелства - всички вкупом и никой конкретен.

Колкото е важно да открием виновните за ситуацията в КТБ сред нейните бивши собственици и управители, толкова е важно да открием и отстраним силите, които я разклатиха, защото те винаги могат да "ударят" следващата неудобна за тях банка или друга цел. Случаят "КТБ" не е изолиран - редица други банки практикуват сходен модел на конверсия на депозити на гражданите в активи на собственика или близки до него лица.

Преливането на подобни практики заразява цялата банкова и финансова система.

Вегетиращите върху "дойната крава" на модела на прехода в крайния си егоизъм пропуснаха да забележат, че поредицата от мощни корупционни удари - ВЕЦ "Цанков камък", АЕЦ "Белене", ВЕИ, скъпи центри и договори на входа и изхода - сринаха възможността на енергетиката да функционира дори на минимални равнища. Ликвидността изчезна, финансовите дупки зейнаха, а излезлите на улицата потребители лишиха политиките и енергийните бизнесмени от лесното решение - повишение на цените. Вместо налагането на самоограничаване, елементарна дисциплина, здрав разум, а там където трябва и хирургическа намеса, решенията се търсят в "големи шлемове" и рисковите проекти.

Времето за плавен изход от кризата отмина. Остана като вариант само "шоковият преход" - т.е. чрез ограничени фалити и жертване на част от системата, чрез управляеми сътресения в енергетиката, чрез дерегулация и форсирана приватизация и преструктуриране да се доведе секторът до нови, пониски равнища на устойчивост.

Шоковата терапия все още не е най-лошият вариант.

Неизбежно чрез държавния бюджет ще се наляят средства и тъй като интервенцията и мерките на правителството и парламентарно равнище продължават да се бавят или отлагат - "пожарните" средства ще продължават да нарастват, докато стигнат точката на своето самортичване и безполезност.

Дойде време разделно, а заедно с него и времето за неизбежна и форсирана промяна, която само изключителни умения от страна на спечелилите последните избори може да удържи в рамките на контролиран и плавен трансформационен процес - онова, което навремето нарекох "Втората вълна" на прехода.

Със съкращения
от блога на автора

Максим Бехар е основател и изпълнителен директор на M3 Communications Group, Inc., с повече от 25 години богат опит в областта на публичните комуникации. Той е творческа личност с влияние в българския политически и бизнес живот. От януари 2012 г. Максим Бехар управлява офиса на Hill+Knowlton Strategies в Прага, Чехия. Бехар е вицепрезидент на Световната PR асоциация (ICCO), председател на Борда на Световния комуникационен форум в Давос, Швейцария, лектор в много световни университети, автор на три книги, като английската версия на последната - "Поколението F" - достигна четвърто място по продажби в Amazon.com. Той е работохолик, авантюрист и мечтател за по-добър свят - скача с парашут, свири на барабани, играе голф, а на последния бал на фондация "За нашите деца" пъ бланотворително със 7-годишната Сара Гушева. Максим Бехар е почетен консул на Сейшелите в България и почетен гражданин на родния си град Шумен.

Г-н Бехар, 20 години са сериозен повод за равностметка, какво всъщност направихте за това време?

- Мога да кажа, че създадохме нов пазар. Когато започнахме, понятието PR беше непознато у нас. Трябваше да възпитаваме както клиентите, така и екипа си. Пред нас стоеше предизвикателството да взимаме най-доброто от развитите пазари във време, в което нямаше интернет, фейсбук, мейл. Сега можем за секунди да имаме информация за всичко, което поискаме, но в началото не беше така. През 1994 г. в библиотеката на Американския културен институт намерих една книга - "Добрата реклама", където имаше пет страници за PR. Това беше единственото, което бях прочел и знаех... С течение на времето натрупахме опит, създадохме правила, иска ми се да вярвам, на етичен, почтен и честен PR. Днес много голяма част от експертите в нашата област, които са на пазара, са тръгнали от M3 Communications Group, Inc. В крайна сметка имаме компания, която и с днешна дата се развива все по-добре.

- На първо четене можете ли да си спомните с колко от значимите личности на нашето съвремие сте се срещнали?

- Това ми е невъзможно, те са стотици! Но във всяка среща съм имал своите въздействия и преди това съм се готвил изключително усърдно. Няма как да забравя разговорите ми с полския икономист

Лешек Балцеревич, много силни впечатления са оставили в мен Лех Валенса, Вацлав Хавел, принц Чарлз. Срещал съм се с крале, с царе, премиери, но това са някак по-институционални контакти. Ако с принц Чарлз може да направиш интелигентен разговор и хубави снимки, то от Балцеревич можеш да научиш неща за българската икономика, които не съм си представял, че някой отстрани ще забележи с такава точност.

- Офисът Ви е изпълнен със снимки от тези срещи, с дипломи и грамоти, но единственият девиз на стената гласи: "Преди да обещаеш нещо, помисли кога и как можеш да го изпълниш!"...

- Това ми го написа моят любим чичо Мико Майер от Шумен. Когато представях книгата си "111 правила във Фейсбук", той дойде и ми донесе тази бележка, с което явно ми показа, че нещо съм му обещал, но не съм го изпълнил. Оттогава надписът е винаги в стаята ми.

- Означава ли това, че не сте от хората, които заради това, което са постигнали, са спрели да се вслушват в околните?

- Когато завърших гимназия, изкарах 5 години като шлосер в един машиностроителен завод. В съседната стая можете да видите менгемето, което ми подари сегашният собственик на завода. И до днес се виждам сравнително често с колегите си от там и трябва да ви кажа, че всеки път има какво да науча от тези хора. Това, че контакту-

В света има криза за лидери

• С Максим Бехар разговаря Петър Галев



ваш с царе и министри, в никакъв случай не трябва да те главозамайва, напротив, трябва да те направи по-замислен, по-смирен, по-земен.

- Но в момента основният упрек на хората е, че тези, които ни управляват, бързо забравят от къде са тръгнали и сякаш стават друга порода...

- Обикновено хората, които нямат опит, сядат в един мерcedes и си мислят, че край - за тях светът се е обърнал окончателно. Всъщност най-важното нещо в живота са човешките качества - честност, етичност, доброта, трудолюбие! Когато притежаваш тези качества, няма как да се главозамаеш от постове. Ако някой си направи труда да разгърне книгата, за която споменах, ще види, че правило номер 2 е "Никога не се вземай на сериозно!". Държавата ни страда от хората, които се вземат на сериозно!

- Като народ мнозинството сме честивни като личности, но нещо все не можем да бъдем екип, да действваме единно, защо?

- Всеизвестно е, че печелим най-много в индивидуалните спортове. Вижте какво правят Григор Димитров и Цвети Пиронкова. Стойков също го слагам в тази категория, макар че е част от отбор. Но той е една уникална личност. Нашият индивидуализъм сигурно има някакво историческо обяснение, трудно се сработваме, но със сигурност новата реалност на социалните медии започва да променя това! Вече хората започнаха да общуват много по-лесно и бързо, добрите идеи намират много привърженици, създават се

различен тип общности.

- Компаниите и политическите субекти осъзнават ли ясно каква драматична промяна настъпва в начинаите на комуникация?

- Все още много малко хора осъзнават какво се случва и какви ще са многопластовите измерения от тази промяна. А действително става въпрос за драматични събития в комуникациите. Особено хората в бизнеса усещат, че нещо се променя и че има нещо, което е по-силно от тях, говоря за социалните медии. Напредничавите мениджъри виждат, че вече посланията на компанията могат да достигат до обществото, без да се молят на един или друг журналист. Но истината е, че тази комуникация изглежда елементарна само на повърхността. Всъщност тя си има своите правила за успех и точно тук е нашата роля, на PR експертите.

- Имаха ли роля социалните медии в предотвратяването на срыв на държавата по време на кризата в КТБ?

- Точно в тази криза не бих преувеличил ролята на социалните медии, най-много помогна държавата, която беше тогава на мястото си и силно подкрепи една друга банка, за да не се получи верижна реакция. Безспорно и разумното гражданско поведение допринесе за стабилността. Аз не съм голям привърженик на валутния борд, защото той не е пазарна мярка, но в случая дава стабилност и предвидимост.

- От години се занимавате с комуникации, каква е прогнозата Ви за изхода от преговорите за правителство? Само в трудното общу-

Днес ние имаме много повече от преди - коли, компютри, телевизори, пътувания, но желанията и стремежите ни са все по-големи, откъдето се поражда чувството за неизпълнени очаквания

ване между партиите ли е проблемът?

- Смятам, че трябва да има максимални усилия двете големи партии ГЕРБ и БСП да съставят правителство. Те са достатъчно зрели и трябва да се договорят в името на България. Задължително е да се приемат доста нови закони, за да тръгнем напред! Но всичко трябва да се прави много открито и ясно за обществото. Алтернативата е ГЕРБ да направи правителство с по-малките партии, което да бъде подкрепено за конкретни разумни реформи.

- Чия е вината малко хора да участват в изборите?

- Това е световна тенденция, избирателите са разочаровани от политиките като цяло. Към политиката се ориентират все по-слаби личности, в света има огромна криза за лидери. Помислете кой беше публична личност преди 5-6 години - политици, спортисти, представители на шоубизнеса, журналисти. Затова преди години човек, за да успее добре, трябваше да мине през поли-

тиката, да го показват по телевизията. Сега въобще не е така, днес хората успяват чрез социалните медии да кажат посланията си, да привлечат клиенти. Хора като Бил Гейтс, Стив Джобс, Марк Зукърбърг и още стотина имена показваха, че можеш и да не се докосваш до политиката и да бъдеш успешен. В политиката остават главно хората - съжалявам, че ще го кажа толкова директно, - които не са способни да успеят в бизнеса или където и да е другаде. И това води до страховотно разочарование в избирателите.

- Лошото е, че разочарованието се прехвърля изобщо към това, което стана в България след демократичните промени...

- Не съм съгласен с крайните песимисти! България съвсем не е лошо място за живеене. Днес ние имаме много повече от преди - коли, компютри, телевизори, пътувания, но желанията и стремежите ни са все по-големи, откъдето се поражда чувството за неизпълнени очаквания. Не е и толкова лошо, че много българи работят и живеят на Запад. Точно те ще променят стереотипа как светът ни възприема. Един успял българин в чужбина е по-ценен от успял българин тук. Защото там той е преодолял много по-свирепа конкуренция, за да се утвърди. Освен това за мен Италия, Испания, Германия, Франция вече не са чужбина, това е нашият дом - Европа.

- Как новите комуникации ще променят политическия живот?

- Не е далече времето, когато политическите партии в сегашния им вид ще изчезнат. Ще има хора, които със свои платформи и концепции ще имат привърженици в социалните медии. Така хората ще гласуват за конкретни промени в законите и в живота им. В парламента ще ни представляват личности с ясни идеи какво ще направят, ако ги изберем. Но не ни трябва 240 депутати, 100 души са достатъчни и много по-лесно ще взимат решения.

Балканските Връзки - приказки много, дела малко

Бисер ТЕРЗИЕВ

"Балканите - инфраструктура и транспортни връзки между Черно и Адриатическо море". Това е темата на голямата международна конференция, която ще се проведе в петък, 31 октомври, в столичния "Гранд хотел София". Основната цел на събитието е да бъдат посочени потенциалните възможности за осигуряване на финансиране за изграждането на липсващите и проблемните участъци от балканската транспортна инфраструктура по направление на паневропейския Коридор №8. Акцентите ще бъдат поставени върху разширяването на връзките в региона.

Ще бъдат дискутирани и конкретните правителствени ангажименти за довършването на ключови за икономическото развитие и националната сигурност проекти. За участие в конференцията, организирана от Форума за балкански транспорт и инфраструктура (ФБТИ), са поканени и вече са потвърдили участието си Николина Ангелкова, министър на транспорта, информационните технологии и съобщенията на България, Миле Янакиевски, министър на транспорта и връзките на Македония, и Едмунд Хаджинасто, министър на транспорта и инфраструктурата на Албания. Цели 20 години след определянето му на Втората общоевропейска конференция на министрите на транспорта на о. Крит (през март 1994 г.) като приоритетно за балканските страни направление **Коридор №8 все още си ос-**

● София и Скопие са единствените две европейски столици без жп линия помежду си



тава само на хартия.

Коридорът с дължина 1300 км би трябвало да свърже с удобен железопътен и автомобилен транспорт адриатическото пристанище Дурас (Драч) със столиците на Албания и Македония - Тирана и Скопие, и през Битоля, Кюстендил, София, Пловдив и Стара Загора - с черноморските ни пристанища Бургас и Варна. На запад Коридор №8 се свързва с италианските пристанища Бари, Бриндизи и Анкона, а на изток - с учредения през май 1993 г. в Брюксел евроазиатски транспортен коридор ТРАСЕКА, който осъществява връзките на Стария континент със страните от Каспийския регион и Централна Азия през териториите на Грузия, Армения, Азербайджан, Казахстан, Туркменистан, Узбекистан, Таджикистан и Киргизстан.

Две десетилетия по-късно, след десетки проведени срещи и стоици дадени обещания на президентите, премиерите и министрите на транспорта на България, Македония и Албания обаче балканските транспортни връзки си остават в сферата на проектите и пожеланията. За никого не е тайна, че е много по-лесно, бързо и удобно да се стигне примерно от София до Тирана със самолет през Виена или Милано, отколкото директно с автомобил. А директни въздушни линии от столицата ни до Тирана, а и до Скопие, бяха открити от "Хемус ер" още през 1991 г. и съществуваша повече от десетилетие, като само-

летите бяха пълни основно с албанци, пътуващи през София от и за Германия и Норвегия например. След закриването им опит за възстановяване на директната линия София - Скопие бе направен от авиокомпания "България ер" в края на 2007 г., но поради липса на интерес полетите бяха преустановени малко след това.

Още по-трагично е положението с буренясалата жп линия между София и Скопие.

Проектът за изграждането ѝ датира още от турско време - 1897 година. Българският участък от линията - от София до Гюешево, е завършен през далечната 1910 година, като напълно очаквано Югославска Македония загърбва проекта. В периода 1941-1944 г., когато Македония е присъединена към Царство България, нашите инженери започват усилено да строят жп участъка Куманово - Крива паланка, но края на Втората световна война слага край и на строителството на жп линията, но дава храна на фолклора. Според македонската преса хипотетичната жп линия София - Скопие ще вкара България и Македония в историята и в книгата на Гинес като единствените европейски страни, които нямат жп връзка помежду си. Македонският в. "Вечер" отбелязва, че проект за довършването на жп линията София - Скопие е най-старият от създаването на македонската

държава през 1991 г. Някои от нашите политици пък смятат, че Македония ще стане член на ЕС само когато железният път бъде изцяло завършен.

А старците в Куманово през сълзи коментират, че ако навремето "бугарите" били останали в Македония още две години, линията щяла да е напълно готова през 1946 година. Но не би!

Някаква надежда се появи през октомври 1994 г., когато бившият транспортен министър Кирил Ерменков направи нова "първа копка" на линията, и то - на македонска територия. Скоро дъждовете обаче запълниха копката и я превърнаха в развъдник на попови лъжички.

88 километра. Толкова е липсващата връзка между жп мрежите на България и Македония.

Връзка, която пречи на свободното придвижване на пътници и товари с по принцип поевтиния и екологичен жп транспорт. Липса, която вече 70 години Македония издига като Китайска стена по границата си с България. Скопие наистина съзнателно загърбва жп връзката си с България и хвърля усилия и пари само по направление Сърбия - Македония - Гърция. Тя модернизирала и електрифицирала жп линията Генерал Янкович (Сърбия) - Скопие - Идомени (Гърция). Същото важи и за втората жп връзка със Сърбия: Скопие - Ниш, откъдето се движат малкото то-

вари с влак между България и Македония.

А всичките тези липсващи 88 км от линията София - Скопие са на македонска територия. По 24 км от тях - от Деве баир на границата до Крива паланка, комшиите абсолютно нищо не правят. По участъка Крива паланка - Беляковци - Куманово (64 км) македонците уж започнаха строителство още преди 16 години. Разделиха го на лотове и ги дадоха на своите фирми "Пелагония", "Гранит", "Маврово" и "Бетон". Договорите с тях обаче били така съставени, че при неизпълнение никой друг да няма право да продължи строителството. Фирмите започнали работа, след което по стар балкански обичай парите - над 100 млн. евро, някъде потънали. Така повече от 12 години работата беше блокирана. Едва преди 5 години Владата в Скопие с големи юридически фокуси успя да прекрати контрактите, за да даде зелена светлина за довършването на жп линията. След което бяха нужни още цели 4 години, докато комшиите се натуткат да решат и уредят заем от Европейската банка за възстановяване и развитие (ЕБВР) и да проведат конкурс за изпълнител. Въпреки забавянето

все пак договорът за заем от 46,4 млн. евро с ЕБВР бе сключен.

През декември миналата година бе подписан и контрактът с изпълнителя на отсечката Куманово - Беляковци - германската

компания "Виебе" (Wiebe GmbH & Co. Kg). Според него строителството, което предвижда изграждане и на тунел, три моста, 8 подлеза и 6 надлеза, трябва да продължи 30 месеца и да приключи най-късно през септември 2016 година. За другите две отсечки: Беляковци - Крива паланка (34 км) и Крива паланка - Деве баир (24 км), в транспортното министерство в Скопие вече била започнала подготовка на документите за осигуряване на финансиране, твърдят комшиите. При това в края на управлението на кабинета "Орешарски" външните министри на България и Македония Кристиан Вигенин и Никола Попоски поискаха в писмо, изпратено до тогавашните еврокомисари по разширяването и по регионалната политика Щепан Фюле и Йоханес Хан, финансова подкрепа от ЕС за цялостно доизграждане на жп линията София - Скопие.

Очаква се на конференцията в София македонският министър Миле Янакиевски да поиска и получи политическа подкрепа от колегата си Николина Ангелкова за осигуряване на средства от фондовете на ЕС за двата участъка: Беляковци - Крива паланка - Деве баир. А самият проблем за жп линията ще бъде представен двустранно - от инж. Мария Милева от Българската асоциация на консултантските фирми по железопътно строителство и от Биляна Здравева, завеждащ жп отдела на македонското транспортно министерство.

Възможностите и препятствията пред възобновяването на въздушните връзки между трите балкански държави ще бъдат представени пред международната аудитория подробно и обективно от председателя на Асоциацията на българските авиокомпани инж. Светослав Станулов и от капитан Йовко Йоцев, главен секретар на асоциацията. Една от идеите, които ще бъдат обсъдени, е откриването на редовна чартърна линия София - Охрид.

Моника ЦВЕТКОВА

Поляците показва съпричастност към производителите на ябълки, като изкупили нереализираната им на руския пазар продукция. Но и показва как може потребителите да подкрепят сънародниците си след забраната на Москва за внос на стоки от ЕС. Между най-силно пострадали от ембаргото са българските производители и преработватели на мляко. Загубите им са в резултат на алтернативния пазар, който европейските им колеги намериха у нас и продават тук продуктите си на по-ниска цена, вместо да ги изхвърлят. И ако тук държавата ни не е в състояние да реагира нито с административни, нито с финансови средства, на ход е българският потребител.

Репортаж на БНТ 2 констатира, че сирената, които Франция, Полша, Германия и Дания изнасят за Русия, ще навлязат рязко на нашия пазар. Заради хиперпроизводството цените на суровините за млекопреработвателната индустрия спадат драстично и задушават българските фермери.

Затова журналистите от БНТ 2 съвместно с бранша и Асоциацията на млекопреработвателите в България иницираха кампанията „Купувам българско“. Тя цели да издигне имиджа и да напомни за полезните свойства на родните млечни продукти, както и да накара българите да се запитат „Какво?“ и „Защо?“ купуват.

Акцията ще се осъществява паралелно чрез репортажи в новините

на БНТ 2 и активна кампания чрез търговската мрежа за призоваване на потребителите да купуват българска продукция. В инициативата се включват и наши производители, които ще поставят върху

„Купувам българско“ – жест към родните производители на мляко



Снимка Рада ПЕТКОВА

млечните си продукти специално изработени стикери с логото на кампанията. Условието е тези продукти да са произведени от българска суровина и да съдържат "лактобацилус булгарикус". Гарант за това ще бъде Асоциацията на млекопреработвателите в България. Тя ще работи съвместно с Българската агенция по безопасност на храните и при съмнение, че има нарушения в условията на кампанията, на фирмите ще бъдат отнемани правата да участват в нея, преди млечният продукт да е "влязъл в къщата на потребителите".

Със стикерите ще се организира томбола, а наградата ще бъде ваучер за купуване на български млечни продукти

на стойност 20 или 50 лева. Ваучерът ще се осигурява от производителя, върху чийто продукт е бил стикерът.

Екипът на БНТ 2 ще направи допитване до потребителите - купуват ли български млечни продукти, или предпочитат по-евтините вносни варианти и защо? Отговорите на слуховите за ниското качество и нерегламентираните съставки на сиренето трябва да дойдат както от големите, така и от по-малките мандри.

За българските потребители би било полезно да видят в де-тайли самото производство,

с какви продукти се работи. Те трябва да са наясно с калкулацията

по ценообразуването и да разберат отговора на въпросите: "Откъде идва по-високата цена на българското сирене? Кое точно го осъпва?"

Темата за качество то ще се разработи от всички гледни точки с участието на производители, специалисти, инспектори. Журналистите се надяват да намерят производители, които да признаят какви трикове използват, за да постигнат цена, приемлива за българския пазар.

От телевизията разчитат на активното участие на представители на бранша в кампанията "Купувам българско". Надеждата е в началото на следващата година да бъде отчетен ръст в потреблението на българските млеч-

ни продукти, както и в българското производство.

"При добра реализация инициативата може да се превърне в постоянно действаща", обещава от асоциацията.

Включвайки се в кампанията "Купувам българско" на БНТ 2, потребителят има възможност да направи своя жест към производителя и преработвателя на сурово мляко у нас. В противен случай

"Рискуваме да станем пазар на европейски млечни продукти,

а нашите, които са полезни, с високо качество и с традиционен вкус, да бъдат изместени", предупреждават от браншовата организа-

ция.

Националният съюз на говедовъдите в България приветства и се включва в кампанията на БНТ 2 "Купувам българско". Една инициатива, която вече се реализира в няколко европейски страни. В Германия мотото е "Ние сваляме цените на млечните продукти за Вас", в Гърция е позната под името "Джентълменско споразумение", изразяващо се в много томболи, промоции и разяснителни кампании.

"Българските говедовъди и млекопреработватели се нуждаят от помощ, изразяваща се най-вече в увеличаване на оборотите на продажби, а те ще предложат качествени млечни продукти", коментират представителите на съюза и допълват, че сега е време всеки български гражданин да си закупи килограм сирене, кашкавал или кисело мляко наше производство.

Именно сега е моментът да подкрепим животновъдите и млекопреработвателите, защото кризата в бранша е явна и все още е в началото. Нека това да бъде първата стъпка, след което държавата да поеме ангажиментите си и да стабилизира гватата отрасъла.

БНТ 2 празнува третата си годишнина

"Постарахме се да превърнем рождения ден на БНТ 2 в празник за градовете, в които имаме телевизионни центрове и в които работят нашите екипи. Трябва да отбележа, че колегите са все по-изобретателни в организирането на обществени събития", коментира шефът на медията Екатерина Генова.

Тя представи целите на кампанията "Купувам българско" по повод третата годишнина на телевизията като подкрепа на родните млекопроизводители и преработватели. По думите ѝ решението на телевизията е било да се добави малко стойност към това, че те на практика са журналисти, които разбират професията и ролята си като общественоотговорна. "Присъединилите се към кампанията производители ще ни допуснат в техните мандри, за да видим как и от какво се правят българското мляко, сирене, кашкавал, масло. Репортажите ще показват реалните успехи и проблеми на млекопроизводителите в продължение на три месеца. След това ще пода-

дем ръка и на други български производства", обещава Екатерина Генова.

И продължава: "Самите производители на млечни продукти откликнаха с интерес на нашата кампания. Те ще сложат на стоките си специални стикери с логото на инициативата. Зрителите, които ще купуват стоките на кампанията, ще могат да участват в игра с награди. За целта трябва да влязат в сайта на БНТ и да довършат изречението "Купувам българско сирене и мляко, защото...". Сред най-оригинално отговорилите зрители всеки месец ще се тегли томбола, като победителят ще получава пълна хладилна чанта с млечни продукти. Конкурсът ще продължи на три етапа до 16 януари 2015 година, като в края на всеки ще бъдат теглени печелившите. Така ще затворим кръга между зрител, телевизия и производител. Надявам се, че наистина ще има ефект от тази наша обществена отговорност и ангажимент да подкрепяме със средствата на журналистиката българското производство".

Диворастящите гъби могат да помогнат на семейния бюджет



Тази есен беше златна за берачите на диворастящи гъби. Редуването на слънчеви с дъждовни дни накара манатарки, сърнели, пачи крак, кладница, печурки и челядинки буквално да подивеят. Това каза председателят на Асоциацията на преработвателите на диворастящи гъби и плодове инж. Юлиан Колев. Според него опитните берачи са си докарвали по 150-200 лв. дневно, като предават гъбите в специализираните пунктове. Там обаче цената на гъбата е поне с 20-30% по-ниска от тази, на която след това прекупвачите я предлагат на пазара.

Мира ВАЛЕНТИНОВА

Проверка на в. "Животът днес" показва, че диворастящи гъби през седмицата трудно могат да се намерят по столичните

тържища. Изключение прави Женският пазар, където челядинки, горски печурки, сърнели и пресни манатарки могат да се намерят рано сутрин на импровизираните сергии. "Продавам челядинките по 5 лв./кг, а цената на щан-



дове на същата гъба е 10 лв.", разказва баба Венета. Тя ни продава последното пликче челядинки и е доволна, останало ѝ е само да намери купувач за набраните лапад и коприва. Малко по-надолу търговец, който си е

платил да търгува на щанд, е написал "опитен гъбар". Предлага лимонки по 3 лв./кг, виолетки - 4 лв./кг, и хубава месеста горска печурка за 8 лв./кг. "Виолетката е отлична ядлива гъба, расте сред гниеща шума и иглички както в широколистни, така и в иглолистни гори. Трябва обаче хубаво да я изпържите или сготвите, не е подходяща за сушене", разказва гъбарят Петър Величков.

Магда Георгиева също от години се занимава с бране на гъби. Идва събота и неделя да предлага на импровизирана сергия набраните гъби близо до метростанция "Младост 1".

"Есента се оказва доста силна за пачия крак."

Изкупуват го по пунктовете обаче за левче, най-много два. А сърнелите - те са прекрасни за паниране, изпълват целия тиган и са страшно ароматни - също за 2 лв. ни ги взимат. Ето защо сама идвам да ги продавам директно на хората. Хем аз ще изкарам повече пари, хем те ще спестят някой лев за хубава, прясна гъба", коментира Магда. Тя посъветва потребителите, които си купуват сърнела, да бъдат внимателни, защото, ако гъбата е стара, месото ѝ става твърдо и безвкусно. Пънчето не се яде, защото е много жилаво и кухо, с дебела кожа, а месото му е много малко и е жилаво.

"Най-хубавата гъба и за готвене, и за консервиране е манатарката.

Среща се в иглолистни и широколистни гори, във високите части на планините, около смърчове, бор, бук и бреза. Сега се берат и много челядинки. Често местните сами ходят в гората и си берат. Не за продажба, за тях - за готвене, маринование, слагат ги за зимнина", разказва кметът на с. Люляково, община Руен, Ниази Хасан. В селото има голям пункт за изкупуване на диворастящи гъби и плодове и много от местните си изкарват допълнително някой и друг лев именно с бране на гъби. За килограм пресни манатарки на берачите се плащат 6-7 лв. По веригата от гъбара през пунктовете, преработвателните цехове, дистрибуторите и магазините цената скача близо 300%. Така крайният потребител може да си позволи вкусната гъба за 15-20 лв. на килограм.

Средно на ден от завода в с. Красен излизат по 3 тона гъби, при повече поръчки капацитетът е до 10 тона. "Най-големият ни проблем са полските гъби, които заливат българския пазар. Полските гъбопроизводители получават държавни субсидии за продукцията си, говори се, че вземат от държавата по евро на килограм, като се сложи и 1-2 евро от продажбата им на едро за страни - членки на ЕС, буквално избиват всякаква конкуренция", обясни Стоянов. Според него обаче

българската гъба е много по-вкусна и добра като качество.

"Поляците използват всякакви химикали за консервирането ѝ. Печурката например е лъскава и се запазва на температура под 3 градуса повече от 20 дни. Прясната, истинска гъба, без химикали и консерванти издържа не повече от 3-4 дни в хладилника", подчерта събеседникът ни. Местните хора споделиха пред екипа ни, че се надяват дейността на гъбозавода да бъде подновена в пълния си капацитет, за да се върнат младите в родния си край и да имат поминък, защото преди години в Красен е кипял живот.

За славата на селото, разположено в центъра на националния природен парк Русенски Лом, като гъбарската столица на България напомним единствено ежегодният фестивал, посветен на гъбата, който се организира през пролетта. Приготвят се вкусни ястия с гъби, правят се концерти, конкурси за рисунки, танц и какво ли още не. "Има стотици рецепти с гъби - от баница до печени и панирани. Повечето местни домакини правят гъбена чорба и гъби с ориз. Печената кладница на скара пък е по-вкусна от пържола", обобща кметът на селото Йорданка Чурова.

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 01
www.ecopharm.bg



Фирмите се загъхват под административната тежест

Административният товар върху бизнеса, който държавата налага с регулации и изисквана документация, възлиза на повече от 3,4 млрд. лева. Това показват данните от проект за намаляване на административната тежест в България, осъществяван от Министерството на икономиката и енергетиката. Сумата е изчислена върху разходите, необходими, за да се спазят изискванията само на 35 нормативни акта, посочени от бизнеса като особено проблемни заради огромната бумажина и отчетност, която изискват. Парите отиват за справки, декларации, удостоверения, отчети, заявления и др., измерени като труд, време за разучаване, попълване и подаване, мастило, хартия и т.н.

Мирослава КИРИЛОВА

Фирмите изнемогват от безбройните правила и административни задължения - те са неясни, често се променят, новостите са нелогични и нерядко облагодетелстват само част от бранша. Така убиват малките участници, струват скъпо и правят невъзможно създаването на нови работни места и постигането на така необходимия по висок растеж", коментира пред в. "Животът днес" Светла Костадинова от Института за пазарна икономика.

Намаляването на ненужния административен товар в съществуващото законово устройство на ЕС е една от целите на Европейската комисия, които тя си поставя още през 2006 г. Приоритетните области са 13 - дружествено право и счетоводни отчети, фармацевтично законодателство, работна среда и трудови правоотношения, данъчно законодателство и митници, статистика, земеделие и субсидии за селското стопанство, безопасност на храните, транспорт, рибарство, финансови услуги, околна среда, политика на сближаване и обществени поръчки. Те създават 80% от административната тежест за бизнеса в ЕС, като при прилагане на съответните мерки се предвижда, че

разходите на предприемачите могат да се намалят с около 40 млрд. евро годишно.

"За България цифрата е 450 млн. лева, които могат да бъдат спестени по споменатите в проекта на МИЕ 35 закона. Наистина могат да бъдат премахнати изискванията за ненужни и дори абсурдни справки и удостоверения на бизнеса. Ще ви дам пример с театрите, които трябва да подават заявления за продаваните билети ненужно често. Дори хората, които работят в администрацията, признават, че тези документи не са им нужни", коментира Светла Костадинова.

Целта на Брюксел с програмата за намаляване на административната тежест, която се реализира и на национално ниво, е не изобщо премахване или облекчаване на регулаторни режими, нито отмяна на такси. Нейният акцент е поставен върху премахването на остарелите, излишните или повтарящи се изисквания за представяне на информация.

Статия на сп. "Икономист", озаглавена "Да успееш въпреки държавата", посочва, че

в България фирмите прекарват повече време в попълване на данъчни формуляри, отколкото компаниите в която и да е друга страна - членка на ЕС.

Велизара Костадинова от София споделя: "Регистриран земеделски производител съм и всяка година давам стоици левове на счетоводна къща за попълване на данъчна декларация. Не казвам, че документът не е нужен, дори напротив. Но опростяването на формата и начините за попълване и подаването на декларацията и придружаващите я документи изцяло онлайн несъмнено ще ми спестят солидно перо в бюджета".

В сайта на Министерството на икономиката и енергетиката е даден пример за намаляване на административния товар на бизнеса именно чрез подаването на годишна данъчна декларация. Изчислено е, че всяка фирма заделя приблизително 32 часа за електронно попълване на документа. Този начин на подаване на декларация са избрали 312 425 представители на бизнеса (по данни на НАП). Подаването на хартия е предпочетено от 68 860 фирми, които отделят средно по 37 ч за подготовянето и изпращането ѝ. Ако се сметне, че работната ставка на ниво "законодатели, висши служители и ръководители" е 12 лв. на час, то стойността на подаването на годишна данъчна декларация излиза на бизнеса цели 36 197 349 лв.

От Института за пазарна икономика препоръчват

администрацията да премине на онлайн общуване с бизнеса,

като премахне подаването на справки на хартия, което изисква ходене на място и чакане. Това би спестило 5 млн. лева годишно. С разработването на сложни и скъпи за спазване инструкции се увеличават ненужно административните разходи за бизнеса с поне 114 млн. лв. годишно, алармират от организацията. Като напълно ненужни са оценени режими за информиране на държавата на обща стойност 92 млн. лв., за които се предлага да бъдат изця-

ло премахнати.

Законът за ДДС и Кодексът за социално осигуряване са с най-голяма тежест

в разходите за изпълнение на вменени от държавата задължения. При закона за ДДС бремето за бизнеса се оценява на 976,5 млн. лв. Сумата е респектираща, но това се дължи не толкова на голям брой регулации - 33, колкото на многото фирми,

задължени да изпълняват режимите. А задълженията за информиране, произтичащи от Кодекса за социално осигуряване, са 105 вида.

При закона за ДДС направените 15 предложения за облекчения биха спестили на фирмите над 10 млн. лв. При Кодекса за социално осигуряване възможностите за облекчаване на бизнес средата от бумажината са огромни - изчисляват се възможни спестявания на разходите до 272 млн. лв. годишно.

АЛКОХОЛТЕСТЕРИ

**ЗА ВАС, РАБОТОДАТЕЛИ,
ПРОВЕРКА НА ПЕРСОНАЛА ВЪВ ФИРМАТА ЗА УПОТРЕБА НА
АЛКОХОЛ ПРЕДИ И ПО ВРЕМЕ НА РАБОТА.
ЗАЩИТЕТЕ СЛУЖИТЕЛИТЕ И БИЗНЕСА СИ!**



AL7000 е последно поколение тестер за алкохол, използващ заводски калибриран измервателен сензор (Oxide Semiconductor alcohol sensor) и индивидуални мундшуци, което го прави приложим за професионални цели - вътрешноведомствен контрол на служители. Така ползвателят разполага винаги с точен (калибриран) уред през целия му експлоатационен живот при минимални разходи за поддръжка. AL7000 се произвежда в Южна Корея и притежава CE/TUV сертификат, издаден от лаборатория в Германия.

**ЗА ЛИЧЕН КОНТРОЛ ПРЕДИ ШОФИРАНЕ И РАБОТА -
ЗА ОТГОВОРНОСТТА ВИ ПРЕД СЕМЕЙСТВОТО, ПРИЯТЕЛИТЕ,
ОБЩЕСТВОТО И ВАС САМИЯ...**



AL2500 - Висококачествен тестер за алкохол със CE/TUV сертификат. Произведен в Южна Корея. AL2500 не изисква използването на мундшуци - перфектният тестер за лична употреба, за да бъде винаги и навсякъде с Вас! AL2500 измерва алкохолно съдържание до 4 промила при висока точност, съчетано с малки размери, ергономичен дизайн и лесна употреба.

www.alcoholtester.bg - директно от ВНОСИТЕЛЯ

Всички читатели на тази реклама ползват 5% отстъпка от цената при поръчка. Отговорете правилно на въпроса: „Колко читатели седмично четат в. „Животът днес“ в контактната форма на www.alcoholtester.bg“, и поръчайте своя алкохолтестер ПРЕФЕРЕНЦИАЛНО!



Добро образование на ниска цена? Гаранция - Франция!

Гергана ПЕТКОВА

Рано или късно всеки родител стига до въпроса: Какъв език да учи детето ми? За английския е ясно - той вече е придобил статут на задължителен, предлага се в детски градини, в началните училища и в гимназиите. Но с напредване на детето нагоре по образователната стълбичка трябва да се мисли и за универзитет, за висше образование, което да осигури добра работа. Тогава родителите, които искат детето им да продължи да учи в чужбина, трябва да преценят кой език ще им осигури по-добри възможности. При този избор от голямо значение е цената.

Къде висшето образование е на високо равнище и цената му е по силите на средностатистическия българин? Как къде - разбира се, че в добрата стара Франция. През февруари миналата година френски държавни университети участваха за първи път в изложението "Световно образование" в София и представиха едни от най-евтините програми за български кандидат-студенти. Техните цени за бакалавърска степен бяха между 177 и 181 евро годишно, а за магистрите - 245 и 250 евро. Няма ограниче-

ния за студентите да работят, докато учат, а държавата предлага и помощи за всички след първи курс. Различни рейтингови изследвания от много години класират по 2-3 френски висши училища сред най-добрите 10 в Европа.

По данни на Френския културен институт в София миналата година във Франция са се обучавали над 2000 български студенти. Но има една "малка" подробност - френските университети рядко предлагат програми на английски език, почти всички са на френски и от кандидатите се изисква да го владеят добре. Тогава идва въпросът: Кой учебник е най-подходящ за българските гимназисти?

Добър избор е системата Rallye на издателство "Просвета", чиито автори и редактори работят в постоянно сътрудничество с учители от най-добрите френски езикови гимназии у нас. Тя използва съвременни ефективни подходи и стратегии в обучението на чужд език. С нея учениците усвояват бързо, задълбочено и с удоволствие съдържанието, предвидено в учебната програма - със скорост, която отговаря на името ѝ. Но най-важният резултат е, че младежите започват да общуват свободно на френски език още от самото на-

чало на изучаването му.

Според Мая Чалкова, дългогодишен преподавател в столичната 9-а френска езикова гимназия "Алфонс дьо Ламартин", системата Rallye помага чуждият език да се превърне от цел в средство за общуване и познание. С нея учениците се чувстват уверени, че са придобили трайни знания. Комуникативният подход, интерактивните дейности и богатството на лексикални рубрики им позволяват лесно да възприемат и осмислят различни видове текстове. Системата подготвя гимназистите да изучават и други предмети на френски език.

Според проучвания на редакторите от "Просвета" те много харесват рубриката "Панорама обиколка на Франция". Тя ги стимулира да търсят допълнителна информация за градове, места, забележителности, институции. Учебното съдържание в Rallye е поднесено по начин, който мотивира учениците да излязат от рамката на учебника и ги подтиква към по-широка изява. Всеки получава самостоятелна писта в рали състезанието, чиято крайна цел е свободното владение на езика с много познания за историята, географията, културата, кухнята и бита на Франция. Всичко това се възприема по

много естествен и непринуден начин и чрез рубриката "През прозореца на колата".

Rallye е единствената система, която отго-

варя изцяло на учебната програма и държавните образователни изисквания на Министерството на образованието и науката. Тя е и единствената с изцяло разработени електронни учебници с много анимации, филми, музика и други. Е-учебниците са много полезни при изучаването на чужди езици, защото с тях учениците могат да повтарят у дома упражнения за произношение, граматика и лексика толкова пъти, колкото им е необходимо, за

да усвоят знанията и да се чувстват уверени.

Системата Rallye е обезпечена и с помагала за затвърждаване и преговор, за развиване на устно и писмено изразяване и за проверка на знанията. Това са тестове за текущ контрол, тестове за външно оценяване в 8. клас с компактдиск с упражнения за слушане с разбиране, както и 250 упражнения за равнища A1-A2-B1 (предстои да се добавят 250 упражнения за B1-B2). Всеки учебник има френско-български речник в края.

Към всички тези френски прелести издателство "Просвета" предлага за учителите безплатен пълен комплект учебници и помагала, безплатно обучение за работа със системата и с електронните ѝ версии и много атрактивни отстъпки, ако поръчат Rallye за своите ученици.

Със системата Rallye всяко дете ще стигне бързо и безпрепятствено до финала - елитен френски университет. Неслучайно водещи езикови гимназии у нас избраха тази система за своите ученици и през настоящата учебна година.

Парижки потайности



Франция е на трето място в света по прием на чуждестранни студенти (12% от всички) след САЩ и Великобритания. Кандидатстването в държавните университети става с диплома за завършено средно образование през централизираната система Admission Post-Bac. Трябва и доказателство за добро владение на френски език - успешно преминат тест TCF DAP или DALF.

Висшите учебни заведения са три вида:

Държавните университети и висши училища предлагат академични, технически и професионални образователни програми по всички дисциплини;

Специализираните висши училища и институти (държавни и частни) са тясно специализирани в инженерни науки, архитектура, журналистика, медицина, туризъм, спорт, мода и др.

Les Grandes Écoles са най-престижни. Те имат много високи критерии при подбора на своите студенти и са тясно специализирани в обучението на ръководни кадри. Програмите им са отлично пригодени към нуждите на индустрията и възпитаниците им си намират много бързо работа, при това - високоплатена. Академичните им програми са насочени към промишлеността, търговията и услугите, но подготвят и специалисти по изкуства, литература и хуманитарни науки. Всички програми включват стажове.

Класацията на Business Insider за 25-те най-добри университета в Европа за 2014 г. поставя три френски висши училища сред първите 10. Това са Ecole normale supérieure - Paris (на пето място), Ecole Polytechnique (шесто място) и University of Paris-Sud (на девето място). На 11-а позиция е университетът "Пиер и Мария Кюри".

ЕЛЕКТРОННИ УЧЕБНИЦИ ПО ВСИЧКИ ПРЕДМЕТИ ОТ 1. ДО 7. КЛАС - НА WWW.E-UCHEVNIK.BG

МУЗИКАЛНИЯТ ТЕАТЪР ЗАПОЧНА ИНТРИГУВАЩ СЕЗОН

Олга КАМБУРОВА

Документален филм, фотоизложба и специален концерт ни върнаха към златните години на Държавния музикален театър "Стефан Македонски", когато примадона на сцената беше Анелия Шуманова. Певица и музикант с много слънце в гласа, изискан вкус, фин и точен усет за стил, перфектна вокална техника и специално отношение към артикулацията на текста, Анелия Шуманова беше партньорът - мечта за големите имена от онова прекрасно време.

Така и не разбрахме защо тя, която имаше още десетилетия напред като първа сред първите, реши да слезе от сцената на театъра. По-младите ѝ колеги са чували, че го е направила от етични подбуди - защото в театъра се появили по-млади тенори, с които трябвало да си



партнира в неизбежните любовни оперетни афери... Звучи като легенда иззад кулисите, но кой знае? Сега отново, макар и само за вечер, Анелия Шуманова се появи на сцената - годините са пощадили най-ценните качества на гласа ѝ, а чарът - за него възраст няма. За публиката в залата беше привилегия да чуе и види една истинска звезда на оперетата, за изпълнителите, които участваха в концерта редом с Анелия Шуманова, беше урок по вокална техника и сценично поведение.

За съжаление във филма за А. Шуманова "Пей за любовта" резултатът беше далеч от очакванията. Тя заслужава да получи друго качество документално киноизкуство.

Сред очакваните събития с най-скорошна дата в ДМТ е премиерата на 30 октомври на концерта спектакъл "Viva La Diva" по сценарий и режисура на Марио Николов, с диригент Юли Дамянов, сценограф Евгения Раева и хореографи Светлин Ивелинов, Антоанета Алексиева и Татяна Янева. Правото да се наре-

кат "Звезда на вечерта" ще си оспорват 9 певци от трупата на театъра, ще им партнират четирима кавалери. Специален гост ще е голямата примадона Донка Шишманова.

През сезона 2014/15 в репертоара на театъра продължават да присъстват заглавията, които се радват на голям зрителски интерес - "Моята прекрасна лейди", "Графиня Марица", "Виенска кръв", "Лелята на Чарли", "Магьосникът от Оз", "Царицата на чардаша", "Българи от старо време", "Службогонци" и "Аладин". Към тях ще се

добавят четири нови постановки. Оперетите "Фраските" и "Страната на усмивките" от Франц Лехар отново ще бъдат на сцената. На 28 ноември е премиерата на "Фраските". За постановчик е поканен професорът от Букурещката музикална академия и щатен режисьор на Румънската национална опера Шефан Нягръ, а "Страната на усмивките" очакваме в началото на идната година. За новите заглавия от мюзикъла продължават преговорите за откупуване на авторските права на хитовата продукция "Брилянтин", известен с филмовата си реализация с Джон Траволта и Оливия Нютън-Джон от 1978 г., и "Ромео и Жулиета" - зрелищен съвременен френски мюзикъл на Жерар Пресгурвич, чиято световна премиера е била през 2001 г. в Париж.

Афишът на Музикалния театър обещава интересни заглавия и за най-малките зрители. На новата камерна сцена се представя мюзикълът за деца в две действия "Котаракът Шарл" по мотиви от приказката на Шарл Перо "Котаракът в чизми" и музика на Жул Леви. А на голямата сцена на 10 декември е премиерата

на мюзикъла на Румен Бояджиев-син "Малката кибритопродавачка" по приказката на Андерсен. След двете успешни концертни изпълнения през изминалите години сега ще можем да видим сценичен вариант на Деляна Хаджиянкова, диригент Григор Паликаров.

За 130-годишнината на патрона на театъра Стефан Македонски ще бъде открита специална изложба, посветена на живота и делото на големия български оперен певец, режисьор и музикален педагог. Със специално подготвен балетен спектакъл ще бъде отбелязана 90-годишнината на балетмайстора Богдан Ковачев.

С началото на сезона започват и международните участия на солисти от ДМТ "Стефан Македонски". По покана на Даниела Владеску - мениджър на Националния театър за опера и балет "Олег Дановски" - Констанца, Румъния, на 8 ноември Марио Николов, Валентина Корчкова, Добринка Икономова, Еделина Кънева и Христо Сарафов ще участват в спектакъл в операта на Констанца. Проявата е в афиша на 40-ото издание на Festivalul International Al Muzicii Si Dansului.



Васил Тосев



2 ноември | нереда | 16:00 ч.

Соня МОМЧИЛОВА

Обадих му се по телефона и предложих да дойде на дервишкото ни ателие, една от онези седенки, които организира писателката Мона Чобан в Киселчовските къщи в Родопите. Васил прие. Прие веднага. Без да ме е чувал, да знае каквото и да било за мен или да ме е виждал. Така се запознахме. За да съм съвсем точна, аз го бях гледала в някакъв репортаж и бях чувала за него от Иван Гарабитов,

ПЪРВИЯТ БЪЛГАРИН ДЕРВИШ ИЗДАДЕ КНИГА

човека, когото Васил приема за свой ментор. Пътуваме към родопското село вдън гори родопски и си говорим за душата и за земните изкушения, за общото между йога, суфи и ортодоксално християнство, Данов и Шри Чинмой. Разправя ми как от 130 килограма и тежка форма на исхемична болест на сърцето, от напълно отписан от официалната медицина, съвършено неофициално, по анцуг и бос оздравява, за да оправдае пророчеството на Гарабитов, че един ден ще стане учител и ще спасява изгубени в илюзиите. Така в края на надеждата, когато докторите не си правят вече труда да го зальват, че му остава много, Васко се заема с йога,

природосъобразно хранене и вслушване в себе си. Вече почти петнайсет години животът му е неспирен възторг от гениалността на човешките тяло, ум и сърце. Сега Васко е наполовина полек, няма и грам излишно тегло и не е възможно да му дадеш повече от 30. Сърцето му е с показатели на младеж и пулсът му се ускорява единствено от радостта да служи. Като го гледах как се върти и как екстазът от тайнственото посредничество между невестата земя и жениха небе го превръща в спирала на стопилата се материя, във вихър на духа, който ни запраща до самите двери на първопричината, нямах повече необходимост от доказателства посветен

ли е, в какво и доколко. След срещата ни в Киселчово го последвах на його лагер с най-близките му ученици. Разни хора с различни професии, интереси, възраст и физически дадености. Всеки със съдбата си, болешките си, причините да повярва на човека с аквамаринени очи. Помлада, силна и пълна с енергия не съм била! Ставахме в пет по изгрев и посрещяхме слънцето с його. После пеш под прежурящото слънце до езерата с луга и обратно, километри ходене. Аз, да си призная, слава на бога си имам уважителна причина да не далдисвам на слънце, та отървах повечето разходки, но останалата част от бандата си крачеше и без хъката-мъка-

та се каляваше в безсмъртие.

Безсмъртието всъщност е победата над страха, така беше казал великият Руми, единственият, на когото Васил се покланя доземи и счита за пожизнен учител. Другите учители са до време. Те идват в живота, за да те вдигнат, като се застоиш на земята твърде дълго. Понякога да те бутнат в пропастта, за да се сетиш, че летенето е фасулска работа, и да ти изтърсят между другото някой отговор, над който си блъскаш главата от векове. В светая светих на Мевляна го отвежда самата внучка на гениалния Суфи. Като била в България и видяла Васко как танцува дервишката Сема, веднага го поканила в Коня - сърцето на суфизма. Васко ли намерил Сема, Сема ли го завъртяла като торнадо, което извира от сърцето на поелия към Бог, това е въпрос, който за-

дадох, разбира се, но отговорът беше скромен и лаконичен както всички отговори на йогата дервиш. "Видях и се завъртях. Получи ми се." Разказва ми как е видял за първи път дервиши и как си е припомнил, че "това го може". Хората от Коня, световното седалище на дервишите в Турция, също веднага се сетили, че това е роден семизен. Дали му номер - 300, и име. Нарекли го Вели, което в превод означава светец. В Коня го посрещат като висок гост, с почести на същински Мевлеви.

"Ако се придържате към рецептите и упражненията в книгата, ще сте здрави и няма да се налага да посещавате лекар и да пиете хапчета", убеден е Васко, а животът му, повярвайте ми, е изумително доказателство на всяка простичка, ясна и искрена дума, произнесена от този светъл мъж.

Александър Стамболийски – реформатор и диктатор

● С акад. Григор Велев
разговаря Румен Леонидов

Акад. Велев, предишния разговор за вършихме с краха на четвъртата национална кауза, целяща обединение на българския народ... Какви са обществените мотиви, които стават причина да възникне поредната, пета национална кауза - за мирна ревизия на Ньойския договор?

- Националното крушение след Първата световна война поставя под въпрос възможността за реализиране на каузата ни за обединение на българския народ. Правителствата ни имат една-единствена възможност - да провеждат политика на мир и приемане реалностите след войните. Те нямат друг избор, освен със средствата на дипломатията да търсят възможност да ревизират някои от клаузите на Ньойския договор. Така по естествен път възниква идеята за мирна ревизия на границите, която се превръща и в национална кауза.

- Каква е ролята на Александър Стамболийски в събитията след края на Първата световна война?

- На 21 май 1920 г. са проведени предсрочни избори, след които се съставя правителство само от представители на БЗНС начело с Александър Стамболийски.

Този политик е изключително енергичен, решителен и смел водач на БЗНС. С прямотата си и ораторските си способности

се превръща в кумир за селските маси в страната. Благодарение на него БЗНС се превръща от просветно и професионално в политическо движение и партия. Стамболийски е инициатор на съсловната идея за управление на страната, по-късно е силно повлиян и от идеологията на Мусолини. По негова инициатива се създава Комитет за селска диктатура и Оранжева гвардия, с помощта на която се установява авторитарен режим. Той категорично застава на позициите на Мусолини, че обществото не се дели на класи, а на съсловия. Че обществените отношения ще се основават на съсловна хармония и мир.

- Намират ли възгледите му достатъчно широка подкрепа?

- Да, защото той много добре знае, че над 80% от населението ни живее в селата и се занимава със земеделие. И затова смело обявява управлението си за управление на селското съсловие в България. Затова цялата му държавническа и реформаторска дейност е насочена към обслужване интересите на родното селячество. Той пише, че обществото "днес по неволя е принудено да обърне поглед към оня великан, наречен български земеделски народ, който смятаха за мъртва, безжизнена сила, за брашнен чувал, годен само за изтупване".

И още: "Нашето знаме ще бъде оранжево. То няма да бъде

кърваво, то ще има цвета на хляба, слънцето, което тласка народа към живот, към творчество, не към униние, към заплата, към смърт".

- Какво е отношението му към царя и по принцип към монархията?

- Политическите възгледи на Стамболийски са републикански, но по време на управлението си той се ръководи от формулата: "Царят да царува, народът да управлява". Затова проявява толерантност към царската институция и цар Борис III. В правителството му доминира реформаторският дух. Основната му политическа идея е отхвърляне на експлоатацията на селото от града. Както и вярата му, че БЗНС ще се превърне в национална партия, която ще доведе до отмиране на традиционните буржоазни партии.

- Казахте реформаторски дух... Кои са най-важните реформи, които осъществява?

- Реформите, които предприема, обслужват главно бедното и средното селячество. Най-напред осъществява аграрната реформа, като определя максималния размер на собственост на земята от 300 дка. Въвежда закон за създаване на "Трудова повинност", прави комплексна данъчно-финансова реформа, стимулира кооперативното движение в земеделието. За първи път приема Закон за народната просвета, създава Консорциум за търговия със зърнени храни. Набелязва законови мерки за облекчаване на жи-



лищната криза и за отчуждаване на едрата градска собственост. Извършва и реформа в правосъдието, въвежда Закон за печата, както и забрана за политическа дейност на държавните служители.

- Освен членовете на БЗНС кои други партии го подкрепят?

- Стамболийски е подкрепен масово от членове на БЗНС и от БКП. Това много добре проличава, когато през 1922 г. правителството му провежда референдум за съдене на виновниците за националната катастрофа. На 21 март 1923 г. проведенният процес срещу кабинета на д-р Васил Радославов осъжда голям брой политици, както и военачалници на различен срок затвор. Но още в края на 1921 г. създава Комитет за селска диктатура и с помощта на Оранжевата гвардия започва масови репресии срещу членове на БКП, но и срещу буржоазните партии. БКП взема позиция на неутралитет въпреки силната антикомунистическа линия на поведението на правителството и земеделската партия.

- Какви са последициите от тази еднолична диктатура?

- Още в началото на 1923 г. режимът на земеделците губи

подкрепата на гражданите и селяните извън средите на БЗНС. На 6 юли 1922 г. е създаден Конституционен блок, в който влизат Демократичната партия, Народнопрогресивната и Радикалдемократичната партия. Блокът има за цел да възстанови парламентарния режим, създаден от Търновската конституция. Трите партии свикват събор в Търново, на който трябва да участват Н. Цанков, Т. Теодоров, Ст. Данев, Ал. Малинов, М. Маджаров, П. Стоянов и др. Но на гара Долни Дъбник са нападнали от членове на БЗНС, делегати на конгреса на цвеклопроизводителите, който също трябва да се състои в Търново. Земеделците им нанасят побой и ги малтретират.

- Каква е политиката на БЗНС по отношение на Македонския въпрос?

- Още с идването си на власт през 1920 г. Ал. Стамболийски започва да води остра борба с ВМРО. По необясними причини той не одобрява идеите, методите и средствата на борба на ВМРО. Според него при новите политически обстоятелства, при които България е заобиколена от враждебно настроени съседи, се налага да се води померена и гъвкава политика на компромиси, особено спрямо Югославия. Стамболийски извежда като приоритет във външната си политика решаването на Тракийския

въпрос, т.е. търсенето на пътища за връщане на Беломорска Тракия и излаза на Бяло море за сметка на Македония, която разглежда като "кауза пердута" за България поне през следващото десетилетие. Това определя и враждебното му поведение към ВМРО и упоритостта му в търсене на начини и средства за обезвреждането ѝ. И за да реализира тези политически идеи, Ал. Стамболийски тръгва на безпринципни компромиси със Сърбия, която не поема никакви ангажменти по отношение на Беломорска Тракия, но поставя остро исканията си.

- Какви са те?

- На първо място, България да се откаже от претенциите си към Македония, и на второ, да ликвидира ВМРО и базите ѝ в България, както и да обезвреди революционните ѝ дейци.

Нещо повече, за да се хареса на сръбските си приятели, Стамболийски демонстрира непоносимост и омраза към македонските българи, емигрирали у нас.

- Какво е поведението на ВМРО през този период?

- През целия този период дейността на ВМРО във Вардарска Македония продължава. В интерес на истината, тази организация поддържа непрекъснато напрежение между двете съседни страни. Това е повод Пашич, министър-председателят на Кралство Югославия, да заяви пред Скупщината: "Докато България готви нападение в гръб на Югославия, не може да започнат никакви преговори с нея". Датата е 26 януари 1922 г. Но и българският кабинет не стои със скръстени ръце - в опитите да бъдат изпълнени сръбските искания правителството на БЗНС и особено някои негови министри като Ал. Димитров, Р. Даскалов, Хр. Стоянов и др. влизат в дълбок конфликт с ВМРО и допринасят твърде много за разединението и противопоставянето на дейците на македонското освободително движение.

БЪЛГАРСКА АКАДЕМИЯ НА НАУКИТЕ И ИЗКУСТВАТА БЪЛГАРСКИ ИСТОРИЧЕСКИ ФОРУМ СЪОБЩЕНИЕ

На 30 октомври 2014 г. (четвъртък) от 18:00 часа в Семинарната зала на БАНИ "Акад. Емил Александров" (ВМА, централен вход, на партера, вдясно) ще се състои второто заседание на Форумта на тема "Ньойският договор и неговото отражение върху бъдещото развитие на

България". Лектор: дописен член Стоян Райчевски.

Канят се всички, които проявяват интерес към темата, да присъстват на лекцията и да участват в дискусията. Входът е свободен.

Ако искате да научите повече подробности по темата, потърсете в книжарниците книгата „Българската национална кауза 1762-2012“

на акад. Григор Велев

Камен ЗДРАВКОВ

Бригадите в чужбина имат и тъмна страна

Миглена Дамянова е на 20 г. от с. Реброво, община Своге. Учи педагогика в Софийския университет "Св. Кл. Охридски", когато нейна братовчедка ѝ предлага да отидат за няколко месеца на работа в Англия през лятото. Впоследствие братовчедката е възпрепятствана да замине, но Миглена не се отказва въпреки съветите на майка си. Подава всички необходими документи във фирма посредник в София и чака около три месеца за одобрение. Първоначално плаща 250 евро, в които са включени и медицински изследвания. Те не установяват проблеми със здравето ѝ. Миглена си купува самолетен билет и пристига във Великобритания на 26 май 2014 г. Работата е да бере ягоди срещу 6 паунда на час. По-късно се оказва, че заплащането е на ден и е 50 паунда. А тъй като младите хора работят повече от 12 часа дневно, надницата е много по-ниска в сравнение с обещаното. Първоначалната информация е, че работният ден ще е 8 часа. Но реалността е съвсем различна. За-



Преди да се разболе, Миглена работи с удоволствие в оранжерията с ягоди около Станфорд

карват ги на полето буквално през нощта - към 3:30 ч., и работят до 17-18 ч. Това, че не им заплащат индивидуално за набрано количество плодове, а на ден, мотивира собствениците да въведат железни и нечовешки условия за работа. Почивен ден е само събота, а през работните дни няма регламентирана почивка за храна. Не се гледа с добро око дори на посещенията в тоалетната или прекъсване на

работата, за да пиеш вода. Всички са с ботуши, защото краката им са по цял ден във вода заради специфичната технология за отглеждане на ягодите. Работят по цял ден наведени, без ръкавици, за да не нараняват продукцията.

Един ден съквартирантката на Миглена я намира сутринта отпусната, без никакви сили, почти в безсъзнание. Оказва се, че има много висока температура

и няма как да отиде на работа. Тъй като няма регламентирана възможност да посещават лекар (а там работят над 300 души!), момичетата намират останал от предишна работническа антибиотик и Миглена започва да го пие. Никой от отговорните лица на място не я търси и не се интересува случило ли се е нещо с нея. На следващия ден е малко по-добре и отива на работа. Вдигат й скандал защо предиш-

ния ден не е била на полето. Тя все още е болна, но така и никой не ѝ предлага да я заведе на лекар. Пие антибиотика пет дни, подобрява се и отново влиза в нечовешкия работен ритъм. В крайна сметка вместо три изкарва в Англия два месеца и половина. Когато се прибира в София, родната ѝ майка не я познава - толкова е отслабнала и променена. Отказва да се храни, чувства се уморена, но няма остри оп-

лаквания. След седмица Миглена отново започва да вдига температура, силно я боли глава, повдига ѝ се. Личната лекарка я праща на невролог, а специалистката веднага я насочва към Инфекционна болница. Приемат я и буквално започва битка за живота ѝ. Оказва се, че Миглена е с туберкулозен менингит. Два месеца по-късно вече е добре, но никога няма да забрави през какво е минала. Съветва всички млади хора много да внимават по какъв начин заминуват на бригади в чужбина, какви договори подписват, в подробности да проучват условията и да не се съгласяват на всяка цена. Днес вече си дава сметка, че животът и здравето ѝ са по-важни от възможността да изкара малко повече пари. Очаква с нетърпение да се върне в университета, но със сигурност ще прекъсне за 1 година по медицински показания.

Миглена Дамянова пред "Животът днес":



Миглена (вляво) с майка си Петя пред Инфекционна болница

Условията, при които ни настаняха, бяха прилични, но в стаите беше доста студено. Живеехме по двама души в помещение, в каравани, в които имаше по 3 стаи. Имаше обща баня с топла вода и тоалетна в караваната. Нямахме осигурено хранене, сами си приготвяхме разни неща - обикновено сандвичи, солети, яйца. Когато се обадох на мама, че по цял ден съм във вода и не ни оставят спокойно да се храним през деня, тя настоя веднага да взема самолета и да се

прибера в България. Но не я послушах. Всъщност ние работехме в нещо като парници, на закрито. Но беше изключително влажно и мокро. Всеки ден валише и земята беше подгизнала. Когато тръгнахме към тоалетната, наблюдаващият англичанин веднага започваше да ни крещи да не прекъсваме работа. Постоянно ни крещяха за всичко, това много ме потискаше. Непрестанно бяхме стресирани. Десетина момичета, след като работиха два дни, решиха да се отка-

жат и си тръгнаха, но аз все пак исках да издържа, да си докажа, че мога да се справя. Когато се разболях, ми беше много тежко, че няма кого да помоля за помощ освен другите момичета. Повечето млади хора смятат, както и аз смятах, че в Западна Европа всичко е по-добре от тук, но не се оказа така. Давам си сметка, че ако не бяха лекарите в Инфекционната болница и личните усилия на проф. Тихолова, можех и да не оцелея. Цял живот ще съм им благодарна!

Проф. Майда Тихолова, национален консултант по инфекциозни болести, ръководител на клиниката, в която е лекувана Миглена:

Миглена потърси помощ в нашата клиника на 26 август 2014 г. по повод висока температура - до 39-40 градуса, упорито, много силно главоболие, повръщане, тежко общо неразположение. Нейното заболяване е започнало по време на престоя ѝ във Великобритания, където не са били взети адекватни мерки за диагностика и лечение. Миглена там не е имала достъп до лекар. Приемала е антибиотик, но той не е бил назначен след преглед и изследвания, а ѝ е предоставен от приятелка. При постъпването в Инфекционна болница тя беше с качествени и количествени промени в съзнанието, с изразен менинго-радикулерен синдром, което ни насочи към диагнозата менингит. През следващите дни състоянието ѝ се влоши и се стигна до кома. Разви и парези на лицевия и на очедвигателния нерв. Тъй като



наблюдавахме и някои нетипични за вирусните менингити прояви, разширихме изследванията, като в крайна сметка се доказа туберкулозен менингит. Това е относително рядко заболяване, което, ако не се диагностицира и лекува навреме, завършва летално. При Миглена става дума за първична туберкулозна инфекция на централната нервна система, тъй като тя нямаше никакви прояви от страна на белия дроб. Не можем да сме сигурни дали инфекцията е започнала по време на бригадата във Велико-

британия, но със сигурност преумората, некачественото хранене, неблагоприятните трудови условия са допринесли за развитие на заболяването. Важното е, че момичето попадна на правилното място, където точната диагноза и активното лечение доведоха постепенно първо до преодоляване на опасността за живота ѝ, след което до значително подобрение и изписване. Туберкулозният менингит изисква поне 6 месеца терапия и сега Миглена е преведена в Болницата за активно лечение на пневмо-фтизиатрични заболявания. С колегите там сме в постоянен контакт и се радвам да науча, че тя продължава да се подобрява. Все още трябва да преодолее остатъчните парези по лицето. Но прогнозата ми е, че Миглена ще се възстанови напълно и ще може да продължи следването си.

Моят град

БУРГАС

Сергей Бубка направи първата копка на новата спортна зала



Легендата на световната лека атлетика Сергей Бубка участва в символичната първа копка на "Арена Бургас". Мултифункционалната спортна зала ще бъде първата в България, която има под покрива си атлетическа писта по всички изисквания на Международната федерация по лека атлетика (ИААФ). Предвижда се капацитетът на съоръжението да бъде 7000 места, да има условия за провеждане на

национални и международни състезания в различните видове спорт, подвижни и неподвижни трибуни, тренировъчен блок с допълнителна зала, конферентни зали, както и площи за обществено обслужване.

Сергей Бубка присигна в Бургас по покана на кмета Димитър Николов и на Българската федерация по лека атлетика. Той даде подкрепата си за кандидатурата на града за домакин на Европейското първенство

по лека атлетика на закрито през 2019 г. В момента бившият олимпийски и световен шампион е вицепрезидент на ИААФ, член на Международния олимпийски комитет и човек с изключително висок авторитет в световните спортни среди. "Във възторг съм от прекрасния проект "Арена Бургас". Уверен съм, че той ще помогне да възпитате здраво общество в хубавия ви град и да създадете нови шампиони, които да прославят България" - това написа Сергей Бубка в книгата за специални гости на Бургас. Кметът Николов му връчи почетна статуетка на свети Николай Чудотворец - закрилник на града. Почетен знак получи и президентът на българската лека атлетика Добромир Карамаринов.

ВАРНА

Подобряват грижите за хронично болните деца в забавачките

Обучение на медицински персонал за работа с деца с хронични заболявания започва в детските заведения във Варна. Целта е малчуганите да получават необходимите медицински грижи и да се развиват наравно със своите връстници. Вече е проведено обучение, свързано с диабета, предстои подготовка за грижи за деца с

епилепсия, астма, хемофилия. На медицинските сестри и лекари ще бъдат предоставени материали, възможност за индивидуални консултации, както и телефон за връзка с детските отделения, на които ще могат да получат съвети 24 часа в денонощието. На среща в общината е взето решение да се сформира работна група,

която ще състави план за действие и предложения за промени в Нормативната уредба за детското и училищното здравеопазване и хранене. Община Варна е водеща при въвеждането на специалните менюта в детските заведения за малките пациенти с целиакия, алергии, метаболитни и редки заболявания.

СТАРА ЗАГОРА

Организиран поредния Салон на фотографията

През първата половина на ноември в Стара Загора ще се проведе третото издание на Салон на фотографията. Целта е да бъдат представени идеи, проекти и реализации от областта на фотографията. Събитието я популяризира като средство за творческа изява, художествено виждане и стимулира публичен интерес към нейните изразни средства, твърдят организаторите.

Във форума могат да участват всички любители на обектива с до 3 авторски произведения, създадени през последната година. Фотографиите с размер до 50 x 70 см (вкл. и паспарту) се предават надписани на гърба с име на автора и заглавие. Участниците ще бъдат определени чрез селекция от четиричленно жури. Фотографиите се предават лично на 30 и 31 октомври т.г. от 10:00 до 18:00 часа в галерия "Байер", ул. "Либор Байер" № 1. Подборности за статута и условията за участие са публикувани на официалния сайт на Община Стара Загора.



БЛАГОЕВГРАД

Уникални скулптури и дърворезби са подредени във фоайето на Община Благоевград. Експозицията включва портрети, фигури, фигурални композиции, монументални произведения и релефи. Събитието бе организирано от Община Благоевград, ученици от Професионалната гимназия по каменообработване в с. Кунино и НХГ "Св. св. Кирил и Методий" в града. Това е поредната инициатива на общинската администрация, в която участват млади хора. Целта е не само да се даде възможност за творчески изяви на ученици и студенти, но те

Ученическа изложба рабва ценителите на изкуството



активно да участват в подготовката и организирането на проявите. "Творбите, които представяме, са само част от нашата колекция", сподели дирек-

торът на Професионалната гимназия по каменообработване Стефан Стефанов. Любителите на изкуството могат да разгледат творбите до края на октомври.

ПЛОВДИВ

Градът е в Топ 10 на световните туристически дестинации



Най-авторитетният издател на пътеводители в света Lonely Planet нарежда Пловдив в Топ 10 на най-привлекателните туристически дестинации за 2015 година. Градът под тепетата е поставен на 6-о място след Вашингтон, Ел Шалтен, Милано, Цермат и Валета. По-назад

в класацията остават Виена, Шанхай и Торонто. Водещи телевизионни компании като BBC, CNN и Euronews цитираха изданието, според което: "Пловдив е един от най-красивите антични градове в Европа, разположен на фона на красивите Родопи и съкровища от хилядолетия, завладян от неза-

тихващ нощен живот и закачливо чувство за хумор". Официалните данни сочат, че Пловдив е една от най-предпочитаните туристически дестинации в България. През последните девет месеца на тази година се отчита увеличение на туристите с 10% на фона на кризата на сектора в страната.

СОФИЯ

Започва строеж на 8 детски градини догодина

През 2015 година ще започне строителството на нови 8 детски градини, за което в проектобюджета са предвидени 13 млн. лева. Това заяви кметът на София Йорданка Фандъкова при проверка на новата сграда към ЦДГ 133 в район "Изгрев". В нея има 7 групи, физкултурен салон, обновени са детските площадки в двора и старата сграда на заведението. Нашата



политика е да работим, да строим нови сгради, за да има места в детските градини. За ЦДГ 133 освен средства, отпуснати от държавата, е използвано и финансиране от фонд "Козлодуй" по проект за енергийна ефективност, спечелен от общината.

ЖИВОТ & ЗДРАВЕ

28 ОКТОМВРИ - 3 НОЕМВРИ 2014

Когато паметта изневерява

Според специалистите нарасналата продължителност на живота води след себе си и увеличен брой на хората с нарушения в паметта. Очаква се през следващите 40 години в световен мащаб те да са 4 пъти повече от сега. Можем ли да предотвратим проблемите с паметта четете

на стр. 18

Слънцето все пак ни е приятел

През последните години все по-често чуваме за здравословните проблеми, които може да ни причини излагането на слънце. Но се оказва, че и тук крайностите не са препоръчителни, защото без слънчевите лъчи хората рискуват да намалят количеството на витамин D в организма си, а това е опасно. Защо? Ще разберете

на стр. 22

Спорният витамин С

Историята на витамин С се губи назад във вековете, но неговата роля в здравословния статус на човечеството продължава да расте. Въпреки това учените отхвърлиха някои твърдения за невероятните му свойства, без да отричат, че без витамин С справянето с редица заболявания ще е доста по-трудно. Подробности

на стр. 27

Кестените - акумулатори на здраве



Още прабългарите вярвали, че кестените премахват отрицателната енергия, а лечителът Петър Димков ги наричал удивителни акумулатори на слънце, енергия и живот. На какво се дължи славата на кестените вижте

на стр. 28

ЗАПОЧНА КАМПАНИЯТА "ДИШАЙ СВОБОДНО"



Българското дружество по алергология започна информационна кампания "Дишай свободно". Тя се провежда сред четвъртокласниците на 10 училища в София и ще продължи до 7 ноември 2014 г. Целта е децата да се запознаят с вредата от тютюнопушенето и ролята му на рисков фактор за развитие на алергии и респираторни заболявания.

Кампанията се провежда и със съдействието на Асоциацията на научноизследователските фармацевтични производители (ARPharM).

По време на образователните срещи с учениците лекарите изна-

сят презентация, чрез която запознават със симптомите на алергичните болести и начините за разпознаването им. На четвъртокласниците се раздават информационни материали, както и анкети за познанията им относно вредата от тютюнопушенето, резултатите от които ще бъдат представени в края на кампанията.

Според Световната здравна организация страдащите от различни форми на алергии в световен мащаб са между 20 и 40%. По данни на БДА от алергичен ринит в България боледуват около 20-25% от хората, а от бронхиална астма - около 8-9% от населението. Опитът

показва, че лечението на алергичния ринит намалява риска за развитие на бронхиална астма, докато около 40% от нелекуваните

болни развиват астма.

Тютюнопушенето по време на бременност и излагането на децата на тютюнев дим са сред факторите, които

водят до повишен риск за заболяемост от астма и/или ринит.

Приблизително 38% от децата са изложени на тютюнев дим в дома си, а 23,8% са родени от майки, пушили по време на бременността. Във Великобритания около 9% от децата между 9 и 15 години са активни пушачи, а в САЩ децата пушачи са повече от 3 милиона. В световен мащаб един на всеки пет ученици (9.-12. клас) и около 7% от осмоласниците са активни пушачи.

100+3 ДОБРИ НОВИНИ ЗА ВАШЕТО СЪРЦЕ

UNIREX е лекарствен продукт, който съдържа ацетилсалицилова киселина под формата на диспергиращи се във вода таблетки.

Прилага се за предотвратяване на сърдечносъдов риск от инфаркт и инсулт при пациенти с прекарани кардио-васкуларни инциденти, нестабилна стенокардия или инсулт, както и след хирургична интервенция с направен байпас. В една опаковка се съдържат 100 таблетки.

Всяка диспергираща се във вода таблетка съдържа 75 mg ацетилсалицилова киселина. Това е най-ниската клинично ефективна доза, свързана с по-нисък риск от странични ефекти и кървене. Диспергиращата се във вода таблетка осигурява бързо действие и представлява фармацевтична формула, която щади стомаха. UNIREX е английски лекарствен продукт.

Препоръчителната доза при възрастни и деца над 16 години е една таблетка дневно, разтворена в чаша с вода. За препоръчване е да се приема по време на или след хранене.

UNIREX 100+3
добри новини за вашето сърце

Съдържа 75 mg. ацетилсалицилова киселина.

- 100 таблетки
- Разтворима във вода таблетка - бързо действие
- 75 mg - най-ниската клинично ефективна доза, свързана с по-нисък риск от странични ефекти и кървене
- Английско качество

UNIREX Лекарствен продукт.
Преди употреба прочети листовката.
За възрастни и деца над 16 години.

За повече информация: "НАТУРПРОДУКТ" ООД, София 1528, бул. "Христофор Колумб" No 64, София Еърпорт Център, Логистична сграда 3, вход 4, тел.: 02/ 979 12 19; факс: 971 12 17



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



Медик Транс Асист

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**

● медицинско осигуряване на спортни и обществени събития, тийм билдинги, "зелено училище"

НЕ ПОДМИНАВАЙТЕ ЛЕКИТЕ ПРОБЛЕМИ С ПАМЕТТА



Д-р Вълчо НАЙДЕНОВ,
невролог в болница
"Каспела", Пловдив

През последните 30 години са налице значителни успехи в диагностиката на когнитивните (паметовите) нарушения. Това е клиничен синдром, който се характеризира с упадък на множество функции. Тоест всекидневните дейности при тези пациенти се нарушават при нормална степен на съзнание.

Нарушават се вниманието, концентрацията, краткосрочната памет. В последните десетина години заболяемостта с паметови нарушения сред населението над 60-годишна възраст значително се увеличава, което се обяснява с подобрения стандарт и нарасналата продължителност на живота в развитите страни. Така че, очаква се броят на хората с паметови нарушения да се повиши около 4 пъти в следващите 40 години, ако, разбира се, не се открият ефективни медикаменти, които да предотвратят или да забавят съответните процеси в мозъка.

Паметта е нещо много интересно. В продължение на дълги години тя е била разделена на краткосрочна

и дългосрочна. Най-често пациентите идват при нас с напреднали паметови нарушения. Защото моментът на началните проблеми (лек когнитивен дефицит) обикновено минава незабелязано, отдава се на разсеяност, на депресия, на умствено пренатоварване. Винаги се намира обяснение за тези най-начални симптоми, които обаче говорят за някакъв по-сериозен бъдещ проблем. Болните, които идват при нас, са с категорично нарушена краткосрочна памет, не могат да запаметяват нови мисловни модели. Това ще рече, че ако накарам един пациент да повтори три думи след мен, примерно след десет минути той вече не успява да ги повтори. Дементният синдром обхваща много голяма група заболявания, като най-сериозна е болестта на Алцхаймер, но не бива да подценяваме и мозъчносъдовата болест, тъй като нашата страна е на първо място в Европа по мозъчни инфаркти, мозъчни кръвоизливи. Много голяма част от пациентите, преживели мозъчен инфаркт, имат или развиват на по-късен етап паметови нарушения, които вече се дължат на атеросклероза на мозъчните съдове - развива се т.нар. съдова деменция, тоест пак има проблеми с паметта. Тук е мястото да спомена продукта "Мемостор", който, независимо че е хранителна добавка, е преминал няколко клинични проучвания при две групи пациенти - със съдова и с дегенеративна де-

менция. Това е важно, тъй като живеем в ерата на медицината на доказателствата. Всички изследвания показват, че основните съставки на препарата са изключително добре балансирани за поддържане на нормално функциониране на мозъка и за възпроизвеждането на информация, учене и помнене. "Мемостор" е подходящ за хора с леки паметови нарушения, с мозъчносъдова болест, даже при здрави хора, които имат за кратък период от време нужда от помощ при заучаване на текстове, за подобряване на запаметяването. Подходящ е също и за хора, които са подложени на хроничен стрес и умора, защото това ще подобри тяхната концентрация и внимание. Има

доста широк спектър на възможности за въздействие. На какво се дължи това? Препаратът съдържа желязо, а то подобрява продукцията на кръвните клетки, подпомага синтеза на невротрансмитери. Другата съставка, пантотеновата киселина, се включва в преноса на кислород до мозъка, редуцира съществено стреса и така води до подобряване на когнитивните възможности. Уридинът пък спомага за избягване на енергийното изчерпване, примерно при психоемоционална свръхнатовареност - а такива моменти и ситуации в живота си е имал всеки от нас. Освен всичко, което споменах, уридинът играе роля и на невротрансмитер между невроните. Той подпомага връзката между отделните неврони и по този начин индиректно повишава допамина, който пък е свързан с по-висока възможност за подобряване на вниманието и концентрацията.

Хранителна добавка

За допълнителна памет - Memostore

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

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

НОВО!!! НАТУРАЛНИ БИЛКОВИ ДЕСТИЛАТИ ОТ ЕСПАРА, АВСТРИЯ ЗА ДА СМЕ ЗДРАВИ ПРЕЗ ЗИМАТА

Производственият процес на тези висококачествени билкови дестилати има своя произход в древната традиция на алхимичните познания за добиването на растителни есенции. Включва няколко етапа на сепариране и смесване с цел извличане силата на всяко растение в най-високата му чистота. Така се получава много ефективен натурален продукт.



СЕМКИ ОТ ГРЕЙПФРУТ билков дестилат 30 мл

Дестилатът от семките на грейпфрута е универсално и ефективно антисептично средство. Отличава се със силно антибактериално, антивирусно, антипаразитно и антигъбично действие. Не води до алергия и до унищожаване на полезната флора. Благоприятно повлиява заболявания на горните дихателни пътища, стомашно-чревни, дерматологични, гинекологични, стоматологични и други проблеми. Препоръчва се за естествена защита и укрепване на имунната система.

Основни приложения:

*бактериални и вирусни инфекции
*стомашно-чревни инфекции

*гъбични инфекции (Candida)
*паразитни болести

ЕХИНАЦЕЯ КОМПЛЕКС билков дестилат 30 мл от: ехинацея, кисел трън, оман, коприва, див чесън, шипка, туя

Ехинацеята стимулира имунната система и я прави по-ефективна в борбата с инфекциите, има противовъзпалителни и регенеративни свойства. Подпомага пречистването на кръвта и лимфната система. Потиска развитието на стафилококи, стрептококи, вируси (включително херпесни). Комбинацията с кисел трън е особено полезна при умора и изтощение за повишаване на съпротивителните сили. Оманът и дървото на живота (туя) действат противовъзпалително. В допълнение, оманът има отхрачващо действие. Шипката също действа противовъзпалително и за укрепване съпротивителните сили на организма, а копривата и дивият чесън се характеризират с кръвопочистващо и стимулиращо метаболизма действие.

Основни приложения на продукта:

*укрепване на защитните сили

*за пречистване на кръвта

*за възстановяване след боледуване, при стрес

*при инфекции на дихателните и пикочните пътища



ECPHARM

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

Вносител: "Фармабион плюс" ЕООД, тел. 02/9532601,
www.pharmabion-plus.dir.bg

Д-р Горанова, какви нови пътища в специалността дискутирахте на наскоро проведения се Пети балкански венозен форум?

- Посрещнахме над 50 колеги от чужбина, от 15 страни, не само от нашия регион и имаме възможност да чуем най-известните световни лектори, които представиха съвременните насоки за изследване и за лечение на вените. Сега както в цялата медицина, така и в съдовата хирургия се търсят високите технологии, които намаляват риска, обема и оперативния травматизъм. Ние се стремим вече към миниинвазивни безкръвни операции с лазерна техника, с радиофреквентна аблация. Това са най-новите тенденции. В България, слава богу, вече се внедряват повечето от тези апарати. Но ще ви кажа нещо, което научих на Световния конгрес за лечение на рани - когато един нов метод е готов да навлезе в практиката, след 17 години го прилагат едва 14% от лекарите.

- Защо се получава така?

- Причината е бавното налагане и утвърждаване на новостите, защото може да ви се предложат нови неща, но вие трябва да придобиете опит, за да можете да ги прилагате рутинно. Сега не разполагаме с това време, откритията галопират и трябва да "извикаме" новостите да дойдат при нас, защото след две, след пет години ще има още по-нови. Стремим се към по-малка инвазивност. Искаме чрез катетри, чрез много малки отвори да проникнем в артериите, да поставим стентове, да запушим вената, да я премахнем или обратното, ако трябва, да я отпушим, да отворим кръвния ток.

- Отскоро разполагате с апарат от нова генерация за лечение с радиофреквентен ток?

- Методът освен безкръвен е и много малко инвазивен и пациентите след манипулацията могат веднага да станат и да си отидат вкъщи, но вече излекувани. Няма престой в клиниката, няма отсъствия по болест. Човек може да се върне на работа още в първите дни след тази манипулация. Стариат известен стрипинг се прилага в света повече от сто

НОВИТЕ ТЕХНОЛОГИИ СА ЩАДЯЩИ ЗА БОЛНИЯ И ФИНАНСОВО РЕНТАБИЛНИ

● С д-р Елена Горанова разговаря Галина Спасова

Жените в хирургията - не само у нас - са рядкост, а д-р Елена Горанова е от тези, които категорично и много успешно чупят клишето, че професията е "мъжка". В Националната кардиологична болница (тогава III градска), където като млад лекар попада в екипа на имена като проф. Левичаров и проф. Тодоров, работи през

цялата си 27-годишна кариера. Твърди, правейки сравнение с други страни, че нашата съдова хирургия е на световно ниво. И че ако преди години е имало проблеми с техниката, с качествените конци, протези и т.н., сега нашите специалисти разполагат с всичко, с което работят колегите им по света.



По време на първата интервенция с новия апарат за радиофреквентна аблация

години. Това беше една радикална, но доста травматична операция на разширените вени. Хората оставаха в болница седмица и ползваха месец болничен, тъй като трудно се съвземаха от тази манипулация. Тя се изразяваше буквално в изтръгване на вената, като се откъсваха и всички прилежащи клонове и се причиняваше доста голяма травма за пациента. Сега всичко това се избягва, тъй като само през кожата, с малка прободна рана този катетър се вкарва във вената, задава се електрически ток с определени параметри, така че да изгори венозните стени. Вената повече не работи, но остава съхранена вътре в тялото. Тоест нищо не се изважда и никакви увреждания не настъпват. Приставките към апарата използваме за първи път в България. Едната е за малките вени, които досега се лекуваха само оперативно. Тази приставка обаче има едно катетърче, което може да следва по-малките вени и да ги изгаря в подкожието. И трета-

та приставка е за лечение на най-тънките метличковидни венички, от които страда всяка втора жена над 30-40 години. Най-често са по краката, по бедрата, но може да се лекуват и други локализации - по лицето, по ръцете. Лечението става само през кожата, амбулаторно. Допира се игла и чрез нея се изгарят малките венички.

- Каква е мотивацията на лекаря да вземе на въоръжение новите методи?

- Тя е вътре в нас, искаме да направим нещо по-добро за пациента. Тези методи връщат много бързо работоспособността на пациентите. Те са рентабилни за болницата, защото апаратурата и катетрите са скъпи, но пациентът вече не лежи 10-15 дни или 20, както беше при инфаркт, и вече не ползва болничен един месец или половин година, както беше за много тежките операции. Това е икономически рентабилно и за държавата. Но трябва и държавата, и касата, и НОИ да имат съзнание, че с новите техноло-

Никога не си научил достатъчно, винаги има още много за четене и за виждане, никога не си достатъчно добър, трябва всеки ден да оперираш, за да си по-добър

гии разходите са по-малки.

- Доста се дискутира ерозирият контакт лекар - пациент - във всички стъпала на системата.

- Има проблем и той е много по-ранен. Хората в България не ценят здравето си, не се грижат за себе си, не ходят на редовни профилактични прегледи. Не оценяват, че малките промени могат в бъдеще да доведат до тежки усложнения. Не е без значение едно заболяване дали ще го носиш 10-15 години и изведнъж да започнеш да го леку-

ваш. Ние много често срещаме израза: "Аз не съм бил болен, не съм ходил на лекар 30 години". Това не значи, че не е бил болен. Това значи, че организмът само е компенсирал. Имаме случаи на хора, които са с нелекувани рани в продължение на 5-10 години! И казват: "Мазах се, налагах се със зеле, лук, с вестници...". Не се лекува така. Има тежки, големи рани, които инвалидизират и до ампутации се стига, но важното е и качеството на живот дотогава. На Запад хората са информирани, много се грижат за себе си, защото искат да работят по-дълго, да изглеждат и да се чувстват добре. Но от друга страна, здравните осигуровки не се заплащат при болест, ако не са правени предвидените профилактични прегледи.

- Ако пофантазирате за бъдещето във вашата област?

- Разрешавате ми да мечтая? Интервенциите върху човешкото тяло да бъдат само с чипове. Защо не? Големите съдови операции, които моите учители правеха, продължаваха 6-8 до 12 часа. Тези големи операции, при руптурирани аневризми, днес ги правят за 2-2,5 часа. Вените са по-леката част, съдовият хирург основно оперира артерии, много пъти оперираме нощем, по спешност. Но на тези операции контрапунктът е, че се слага един стенд графт и коремът не се отваря, правят се само две малки пункции. Но стенд графтът, който се поставя в аортата, струва над 20 хил. лева. Това е причината в страната да се поставят 4-5 годишно, а необходимостта е от може би над 50.

- За останалите 45

болни вариантът е само отворена операция?

- Да, като операцията на аортата е от най-сложните в хирургията въобще. Тази седмица в клиниката ще имаме шест такива планови операции. А при спешност, когато аортата е спукана, трябва до първите три часа да се оперира. Имаме много добри постижения, над световните. Обикновено умират около 60-75% от тези пациенти, и в най-развитите страни. В нашето отделение в продължение на 5 години е 22-25%. До третия час болният е в операционната. Догодина ще готвя доклад за конгреса на европейските съдови хирурзи, за нашите постижения при руптурираните аневризми.

- Какви са напътствията Ви към стартиращите в професията?

- Казвам им, че е саможертвена. Целия си живот прекарваш в операционната, виждаш само болни хора. Когато те оздравеят, идват други. Цял живот си сред човешки мъки и нещастия. Никога не си научил достатъчно, винаги има още много за четене и за виждане, никога не си достатъчно добър, трябва всеки ден да оперираш, за да си по-добър. А когато всичко това си направил - и си прочел достатъчно, и си оперирал достатъчно, - трябва да се върнеш вкъщи и да опишеш какво си направил. Веднъж да го публикуваш и втори път, за да си огледаш грешките.

- Кое е най-тежкото в професионалното всекидневие?

- Най-тежкото е, когато въпреки всичките усилия, които си положил, пациентът се влошава. И тогава се питаш - направих ли достатъчно, не трябваше ли да остана още една нощ, не трябваше ли да опитам и друго? Колкото и да си добър, колкото и да си сигурен, когато състоянието на пациента се влошава, имаш винаги тези терзания. Колкото и да знаеш, че не можеш повече да помогнеш.

ДОЦ. КРУМ КАЦАРОВ:

ОПТИМИСТ СЪМ, ЧЕ ЛЕКАРИТЕ ЩЕ СИ ВЪРНАТ ДОВЕРИЕТО НА ХОРАТА

● За 25-ата годишнина от възстановяването си Българският лекарски съюз награди заслужили български медици

Лилиана ФИЛИПОВА

„О тдавна вече не сме герои, не сме примери за подражание, но аз съм оптимист, че лидерите на гилдията ще върнат доверието към лекарите.“ С тези думи отличеният за Лекар на годината - 2014 г. доц. Крум Кацаров прие отличието на Българския лекарски съюз. На пишна церемония в Централния военен клуб в София преди дни съсловната организация отбеляза 25 г. от възстановяването си.

Доц. Кацаров е началник на Клиниката по гастроентерология и хепатология във ВМА, доайен в терапевтично-диагностичните ендоскопски процедури на заболяванията на гастроинтестиналния тракт и хепатобилиарната система. Той е един от водещите специалисти по гастроинтестинална ендоскопия в страната. Специализирал е в Германия, в Холандия, в Япония, във Франция и в САЩ. Автор е на дисертация за трансплантациите и усложненията при пациенти с присаден черен дроб. Има 142 публикации, участие в 7 книги и монографии. Втори мандат е председател на Българското дружество по гастроентерология, секретар на Българската асоциация на хирурзи, гастроентеролози и онколози, а от 2011 г. е член на борда на Българското трансплантологично дружество. Негова запазена марка са методите за ендоскопско поставяне на пластична саморазширяваща се протеза в екстрахепаталните жлъчни пътища, както и за отстраняване на туморни разсейки на черен дроб чрез вкарване на игла, през която протича високочестотен ток.

Доц. Кацаров отбе-



ляза, че за него признанието на съсловието е изключително ценно. На церемонията бяха връчени и отличия на заслужили лекари в различни категории.

"Българският лекар е най-добрият лекар в света. Защото няма друг доктор, който в такива условия да прави медицина, каквато вие правите", заяви председателят на БЛС д-р Цветан Райчинов.

За особен принос в развитието на българската кардиологична школа бе отличена проф. Нина Гочева, едно от водещите имена в българската кардиология.

Приза за особен принос в издигането престижа на българската педиатрия получи проф. Пенка Переновска, която не само организира цялостната грижа за ваксинапрофилактиката на бежанските деца, но получи и признанието на пациентските организации за 2014 г. за грижа към българския пациент.

С Наградата за особени заслуги към БЛС и развитие на българската школа по съдова хирургия бе удостоен доц. Андрея Андреев - лекар с 50-годишен професионален стаж, с над 5000 сложни съдови операции у нас и в чужбина и над 50 000 консултирани пациенти.

За мениджър на годината бе отличен управителят на МБАЛ "Тота Венкова" - Габрово д-р

Нели Савчева заради уменията й да управлява болница без дългове.

Призът за принос в развитието и прилагането на иновативни медицински техники в областта на чернодробната хирургия бе връчен на Добромир Сотиров - млад лекар, избрал да остане в България пред перспективата да гради кариера в Париж. Така

БЛС спазва традицията, въведена преди 2 години, да дава стипендии на млади специалисти, за да ги задържи в страната.

За особен принос в развитието на иновативните методики за хирургично лечение на очните болести бе отличен доц. Андрей Андреев - член на Американската академия по оф-

талмология, на Европейското дружество по катарактална и рефрактивна хирургия, както и зам.-председател на Съюза на очните лекари в България.

Отличието за особен принос в издигане престижа на българската психиатрия бе присъдено на проф. Вихра Миланова заради усилията й да реконструира и модернизират Психиатричната клиника на Александровска болница.

За заслуги в основополагането и развитието на инвазивната кардиология бе отличен доц. Божидар Финков от УМБАЛ "Св. Анна". Проф. Васил Хаджидеков взе наградата за особен принос в развитието на научната медицинска дейност и издигане престижа на лекарската професия. Той е ръководител на катед-

ра "Образна диагностика" в Медицинския университет - София, началник на Клиниката по образна диагностика в Александровска болница, а от 2 години и председател на Съюза на българските медицински специалисти.

Сребърен почетен знак "Лекар на годината" получи и мнозина излъчени от регионалните колегии. Софийската колегия отличи проф. Росен Дребов и д-р Атанас Кацаров от "Пирогов", а колегията София - област - д-р Виктория Чобанова. От Стара Загора бе отличена доц. Ваня Иванова, от Пловдив - доц. Нарцис Нисим Калева, проф. Захари Захариев и д-р Валентин Иванов, а от Варна - доц. д-р Лилиана Хавезова.

Още за церемонията четете в credoweb.bg

КОГА И КАК СЕ ОТСТРАНЯВАТ КОЖНИ ФИБРОМИ И ПАПИЛОМИ

Фибромите и папиломите са често срещан проблем, който вече има ефективен метод за лечение. Това са доброкачествени образувания на кожата, стеснени в основата си, пишат специалистите от медицинския център ВиА Медика в профила си в CredoWeb. Най-често са разположени на краче или на широка основа спрямо кожата. Притежават гладка или неравна повърхност и могат да бъдат с цвета на кожата или по-тъмни.

Обикновено са множествени с големина 2-3 мм или единични с по-голяма сферична форма и мека консистенция. Най-често се срещат по клепачите, страничните части на шията, подмишниците, под гърдите (особено при по-пълните жени), слабинните гънки и др. Важна роля имат някои хормонални фактори, тъй като се явяват предимно при жени в менопауза или по-късно. Могат да се появят по време на бременност и често могат да се съчетаят с множествени себореини брадавици. Някои хора имат наследствено предразположение за образуване на фиброми.

Опасни ли са този вид образувания и как може да се отстранят? За наша радост повечето от тях са доброкачествени и обикновено не се нуждаят от лечение. Но все пак отстраняването им се налага от естетична гледна точка.

Ако са разположени на места, подложени на механично дразнене, изпотяване и често триене в дрехи

В тези случаи доброкачествените образувания могат да се възпалят, да кървят и да предизвикат дискомфорт.

Развитието на съвременната естетична дерматология предлага различни методи за отстраняването на подобен вид образувания. Сред често прилаганите са **криотерапията** (течен азот), **електрокоагулацията**, **хирургичното отстраняване** и **лазертерапията**. При лазертерапията високоинтензивният лъч може да се фокусира в много малка зона, което осигурява прецизно премахване на доброкачествените изменения с различен размер. При третирането на определена зона околната здрава кожа остава незасегната, като по този начин се намалява възможността за образуване на постоперативни белези.

Специалистите допълват още и възможността да се използват козметични средства като допълнително предимство при прилагането на този метод. Обработената зона заздравява без белези и не се получава нарушаване на пигментацията.

Най-подходящото време за извършване на този вид манипулации

Есенно-зимният период и началото на пролетта са най-подходящи за извършването на тези процедури, особено когато става въпрос за образувания, разположени по откритите части на тялото. Изключение правят вирусните образувания, които трябва да се отстраняват своевременно.

Потърсете профила на ВиА МЕДИКА в credoweb.bg

БЕЗПЛАТНИ ПРЕГЛЕДИ ОТ ИМУНОЛОГ НА МЦ КИРМ В ТРИ ГРАДА

Клиничният институт за репродуктивна медицина обявява акция с безплатни прегледи през ноември в три града чрез профила си в CredoWeb. Записването за всички консултации е на тел. 064 804 790. Доц. Емилияна Конова, специалист по клинична имунология и управител на МЦ КИРМ Плевен, ще направи безплатни консултации с пациенти на 15 ноември 2014 г. в Медицински център "Надежда" - Варна. От 9 до 13 ч. тя ще консултира всички же-

лаещи на ул. "Дойран" 6. На 21 ноември 2014 г. доц. д-р Конова ще консултира пациенти в Бургас. Безплатните консултации ще се проведат от 9 до 15:30 ч. по предварително изготвен график в хотел "Плаза" на ул. "Богориди" 42. На 22 ноември 2014 г. прегледите ще са в Пловдив. Безплатните консултации ще се проведат от 10 до 15 часа в зала "Дружба" на хотел "Санкт Петербург".

От самото си създаване МЦ КИРМ Плевен е новатор за клиничната практика в България

относно прилагането на имунологични тестове и терапия на безплодие. Алгоритмите, създадени първоначално в МЦ КИРМ, се възприеха и вече се прилагат успешно и в други репродуктивни центрове, както и от практикуващи акушер-гинеколози в страната. Екипният подход в центъра е предпоставка и за високата успеваемост на инвитро процедурите, като целта е не само реализирането на бременност, но и нейното съхранение и успешно раждане.



Потърсете профила на МЦ КИРМ в credoweb.bg

Нови профили на медицински специалисти в социалната мрежа за здраве CredoWeb



Доц. Кирил Яблански, дм,

е началник на Клиника по ревматология в МБАЛ "Св. Пантелеймон" - Плевен. Завършил е медицина в МУ - Плевен, специализирал в Клиника по ревматология във ВМИ - София. През 2006 г. защитава докторска дисертация по ревматология, а от 2010 г. е хабилитиран доцент. Членува в Съюза на учените в България, в научните дружества по ревматология и кардиология. Участвал е в 26 международни многоцентрови клинични проучвания. Автор е на 112 научни труда.

Потърсете профила на доц. Кирил Яблански в credoweb.bg

ТВОЯТ ЛЕКАР Е ТУК!



Акад. Богдан Петрунов, дмн, е един от водещите специалисти в областта на имунологията и алергологията у нас. Специализирал е в Чехословакия, Англия, Франция, Холандия и САЩ. Дългогодишен преподавател в Медицинския университет - София. Заемал поста директор на Националния център по заразни и паразитни болести (1993-2009 г.). Създател е на първата в България лаборатория по алергия (1963 г.). Експерт към СЗО по алергология. Изнасял е лекции в Русия, САЩ, Чехия, Канада, Китай, Австралия, Тайван, Индия, Куба, Либия и др. Има публикувани над 200 научни труда. Носител на почетния знак на БЛС за висок професионализъм - Лекар на годината през 2006 г. През същата година получава най-високото отличие на БАН - почетен знак "Марин Дринов". През 2008 г. е избран за академик.

Потърсете профила на акад. Богдан Петрунов в credoweb.bg



Д-р Билямину Баларабе

от Нигерия е специализант по инфекциозни болести във варненската УМБАЛ "Св. Марина". В своя профил в CredoWeb той представя темата за разпространението на хеморагичната треска Ебола в Западна Африка, както и начините да се прекъсне епидемията.

Погорбностите потърсете на профила на д-р Билямину Баларабе в credoweb.bg



Мария Мартинова
фармацевт

Аптека „Здраве+“, Ямбол,
ул. „Цар Самуил“ № 18-20

Уверих се, че Live Vitamins работят

Новите мултивитаминови Live Vitamins са наистина впечатляващо добри. Ползвах ги миналата зима и сега мисля пак да подсиля организма си с тях. Препоръчвам ги на своите пациенти, защото се уверих, че работят. Това са първите витамини, които се усвояват така пълноценно от организма. А това е много важно за резултата след това, за предпазването от болестите.

Live Vitamins

- Силен имунитет;
- Намаляване на чувството на отпадналост и умора.

Промоция

2 бр. + **погарък** 1 бр.
Live Vitamins Vitaslim IMMUNO



* Предложението е валидно при закупуване на специалните промо пакети.

ТЪРСЕТЕ В АПТЕКИТЕ!

vitaslim.eu

ДИАБЕТЪТ УВРЕЖДА СЪДОВЕТЕ НА РЕТИНАТА



Д-р Ирина Кунева,
СОБАЛ "Пентаграм"

Съдовите заболявания на ретината, а именно диабетната ретинопатия и оклузиите (запушването) на артериите и вените в око са четвъртата по честота причина за слепота. Основните рискови фактори за развитие на диабетна ретинопатия са: давност на диабета, високи нива на кръвната захар, артериална хипертония, възраст на поява на заболяването, генетични фактори, затлъстяване, тютюнопушене, хиперлипидемия, високо кръвно налягане, заседнал начин на живот. При пациенти с диабет тип I с давност 20 и повече години - над 90% имат някаква форма на диабетна ретинопатия, а след 30 г. при повече от по-

ловината случаи има развитие на нови качествени съдове, които водят до кръвоизливи и отлепване на ретината. При диабет тип II след 20 г. 60% развиват белези на ретинопатия и едва 5% - пролиферативна форма. По-високата честота на диабетна ретинопатия при захарен диабет тип II се дължи на по-късното диагностициране на болестта - 4-7 г. след нейното начало.

При поява на усложнения като кръвоизливи в стъкловидното тяло, отлепване на ретината, които водят до тежка загуба на зрението, е наложително хирургично лечение. Предотвратяването на усложнения изисква редовни профилактични прегледи поне веднъж в годината дори при липса на оплаквания от нарушение на зрението. Понякога е необходимо да се направи и снимка на очното дъно с контраст. Лазертерапията на диабетната ретинопатия и вътреочните инжекции със специални препарати са част от терапията за спиране на прогресията на заболяването. Тежкото инвалиди-

зиране при диабетна ретинопатия може да бъде предотвратено или поне силно намалено чрез спазване на стандарта за грижа на тези пациенти.

Оклузията на централната ретинена вена е една от най-често срещаните съдови патологии на ретината, причинява тежко нарушение на зрението. Среща се най-често във възрастта 60-70 години, около 10% от пациентите са под 50 г. За системни рискове се смятат сърдечносъдовите проблеми, повишен вискозитет на кръвта, тромбоза, прием на орални контрацептиви, васкулит на зрителния нерв при по-млади пациенти. Заболяването започва с внезапна загуба на зрението в засегнатото око. В очно дъно се откриват различни по размер и вид кръвоизливи, нагнати и разширени ретинени вени, изливи, различна степен на оток на зрителния нерв.

Тъй като прогнозата, усложненията, терапията и изходът при исхемичната и неисхемичната (едемната) форма на заболяването са много различни, първа-

та много важна стъпка в терапията е определянето на вида оклузия. Разграничаването на двата вида става чрез флуоресцеинова ангиография.

Приложението на лазер в зоните на исхемичната ретина е единственият метод за предотвратяване или регрес на развитите се неосъдове.

Острата едностранна загуба на зрение без болка е най-честият симптом при артериалните оклузии. Артериалните съдове могат да бъдат запушени от атеросклеротичен тромб, обикновено при пациенти с артериална хипертония (60%), захарен диабет (25%), хиперхолестеролемия, хиперхомоцистинемию. Емболията е другата голяма причина за артериална оклузия, емболите обикновено произхождат от атероматозни плаки в каротидната артерия и по-рядко от аортата.

Оклузията на съдовете на ретината е спешно състояние в офталмологията. Ако ретината остане некръвоснабдена по-дълго от 20-40 минути, се развиват



необратими процеси, водещи до смърт на ретинните клетки. Прави се опит с масаж или медикаментозно да се предизвика намаление на очното налягане с цел да се изтласка ембола периферно. При съмнение за тромботична плака трябва да се проведе тромболитична и антиагрегантна терапия. С оглед превенцията на образуване на нови тромби се

прилага и антикоагулантна терапия.

Лечението и превенцията на съдовите заболявания на ретината изисква интердисциплинарен подход, усилия от страна на общопрактикуващи лекари, офталмолози, ендокринолози и кардиолози, а редовните прегледи и своевременното лечение са решаващи, за да бъде запазено зрението.

Медицински център "Пентаграм"
1000, ГР. СОФИЯ
УЛ. ВРАНЯ 109-111
GSM +359 882 216 165
ТЕЛ.: (02) 447 20 40
(02) 447 20 50
(02) 447 20 60



За повечето хора краят на есента означава по-малко време да прекарват на слънце, но за да се чувстват добре през зимните месеци, те трябва да използват всички възможности да се порадват на животворните лъчи.

Напоследък има тенденция да се избягва слънцето, защото все по-често се пропаган-

дира, че излагането на неговите лъчи създава сериозни рискове за здравето. Между най-активните пропагандатори са производителите на слънцезащитни кремове. От 20 години представителите на тази индустрия с 5-милиардна печалба годишно твърдят, че слънцето е смъртен враг на човека, и настояват да се мажем с химикали. Те

ВИТАМИН D ПОДМЛАДЯВА

удобно пропускат да споменат, че излагането на слънце е особено важно за здравето или че някои защитни кремове съдържат 5 известни карценогени - два от които се активират от слънцето - и блокират способността на организма да произвежда важния витамин D. Слънчевите лъчи са главният източник на витамин D, а в днешно време недостигът от този витамин е достигнал епидемични пропорции. Изследване на университета в Канзас е установило, че 70,3% от американците имат ниски стойности на витамин D. А този витамин е решаващ за предотвратяването на болести като рак, сърдечносъдови проблеми, остеопороза, диабет и

алцхаймер. Връзката между тези заболявания и ниските стойности на витамин D вече е доказана. Следователно препоръките да се покривате и да стоите далече от слънцето непрекъснато и по всяко време са изключително погрешни. Особено след като има твърди доказателства, че витамин D удължава теломерите. В биологията на теломерите е заложен основният механизъм, чрез който организмът контролира процеса на стареене.

Изследване установи как витамин D помага на биологичното подмладяване: половината от група хора с наднормено тегло приели като рак, сърдечносъдови проблеми, остеопороза, диабет и

алцхаймер. Връзката между тези заболявания и ниските стойности на витамин D вече е доказана. Следователно препоръките да се покривате и да стоите далече от слънцето непрекъснато и по всяко време са изключително погрешни. Особено след като има твърди доказателства, че витамин D удължава теломерите. В биологията на теломерите е заложен основният механизъм, чрез който организмът контролира процеса на стареене.

От своя страна британски учени изследвали връзката между дължината на теломерите и нивото на витамин D. Кръвните проби на 2160 жени показали, че тези с най-високи нива на витамин D имат и най-дългите теломери. Препоръчителният за антиейджинг дневен прием на витамин D е минимум 2000 единици. Ако си направите тест и той покаже, че имате ниски стойности на витамина, приемайте между 5 и 10

хиляди единици на ден, докато нивото се нормализира.

Включването на риба в менюто няколко пъти седмично също може да ви достави витамин D. Но най-добрият източник на този витамин е слънцето. Ако сте със светла кожа, трябва да излагате лицето и ръцете си на слънце по 10-20 минути на ден, а ако кожата ви е по-тъмна, престоят на слънце трябва да е по-дълъг. След това излагане на слънчевите лъчи можете да се намажете с естествен крем с цинков окис или с титанов диоксид. Ако живеете в северен район, където слънцето не е достатъчно силно, за да активизира организма да произвежда витамин D, приемайте добавки. Особено полезни са тези, които съдържат витамин D3 - това е активната форма на витамина. Препоръчителната доза е поне 5000 единици. (ЖД)

МЛАДИ ХОРА С ХЕМОФИЛИЯ СПОРТУВАТ И СЕ ЛЕКУВАТ ЗАЕДНО



боляване, за основните правила при домашно лечение. Поканените лектори са медицински специалисти с богат опит в областта на клиничната хематология. Сред важните модули в обучението бяха практиките за инжектиране на заместващи

Фитнес лагер за деца и млади хора с хемофилия във Велинград организира през октомври Българската асоциация на хората с коагулопатии. Целта: да се обогатят познанията на пациентите и на техните семейства за самото за-

фактори в домашни условия и своевременната реакция за бързо овладяване на кръвоизливи, правилата за правилно хранене и поддържане на добра физическа активност при хората, които живеят с хемофилия.



Д-р Галия Кондева - асистент в отделение по трансфузионна хематология в УМБАЛСМ „Н. И. Пирогов“, координатор на Центъра за спешно лечение на пациенти с хемофилия в болницата:

Заболяването хемофилия изисква специфични комплексни грижи. Заедно с колегите от екипа разнородни специалисти - интернист, клиничен хематолог, ортопед, физиотерапевт, психолог, медицинска сестра, станаме част от този лагер, защото това е инициатива с важен принос за увеличаване на знанията на пациентите и техните близки за заболяването, необходимото лечение и ежедневни грижи.

- Д-р Кондева, какви представляват коагулопатиите?

- Вродените коагулопатии са група рядко срещани наследствени заболявания, при които е нарушена съсирваемостта на кръвта. В зависимост от това кой фактор на кръвосъсирване е намален, липсващ или с дефектна структура, заболявани-

ята са различни. Най-често срещано е намаляването на коагулационния фактор VIII - заболяването, известно като хемофилия А. Хемофилията се дели на три форми - тежка, средно тежка и лека. Първите клинични прояви настъпват още преди навършване на 1 година на детето. Най-често това са кръвоизливи в меките тъкани и мускулите и кръвоизливи от венците при никнене на зъбите. Кръвоизливите в ставите са най-типичната проява на тежката форма на хемофилията. Засега вродените коагулопатии са нелечими. Лекуват се успешно обаче и дори може да се предотвратят техните основни прояви - кръвоизливите. Основната цел на лечението е да запазим физическото и психическото здраве на пациента.

- Какви са основните проблеми в България, с които специалистите се сблъскват в работата си при лечението на пациентите с вродени коагулопатии?

- За съжаление в България сме малко специалисти в областта на клиничната хематология. Има необходимост от лекари и друг медицински персонал с висока компетентност и познаване на специфичните проблеми на тази група заболявания. У нас има само три Центъра за лечение на коагулопатии, където болният може да получава компетентна

помощ през цялото детство, няма алгоритъм за овладяване на спешни ситуации при постъпване на пациент с хемофилия.

Според Европейските препоръки от 2013 г. минималното ниво на консумация на фактор VIII във всяка страна трябва да бъде 3 IU на глава от населението. По този показател България се нарежда на предпоследно място в ЕС. През 2013 г. имахме осигурени 2,5 единици фактор VIII (при 7 на пример в Унгария). Тъй като факторите на кръвосъсирване за болните са животоспасяващи и животоподдържащи, липсата или недостатъчното им количество могат да доведат до тежки увреждания и дори смърт. При осигурени количества над 5 IU може да се говори за добро лечение и ефективна социална и физическа интеграция.

Хората с вродени коагулопатии са оставени до голяма степен в условия на липса на ефективна институционална подкрепа. Нормативните разпоредби не осигуряват адекватен и навременен достъп на пациентите до специализирани здравни и социални грижи и така тежестта се понася изцяло от самите пациенти. Незадоволяването на техни важни медико-социални потребности намалява качеството на живот и подкопава доверието в здравната система.



Цветомир Цветков - председател на Българската асоциация на хората с коагулопатии:

Основна цел на асоциацията като част от Националния алианс за редки болести е да подобрим живота на хората с коагулопатии. Стремим се да даваме нови възможности пред нашите членове в зависимост от индивидуалните потребности: да не се чувстват различни, да знаят и търсят правата си и да получават своевременно и достатъчно лечение. Водени от желание да сме полезни, организирахме фитнес лагер за деца и млади хора с хемофилия в гр. Велинград.

- Защо направихте

този лагер именно за хора с хемофилия?

- Работим в интерес на всички болни с вродени коагулопатии, но хемофилията е най-често срещаната от тях. Целта на този лагер е повишаване на познанията на пациентите и техните семейства както за самото заболяване, така и за основните правила при домашно лечение. Той включва лекции и практическо обучение как се инжектират заместващите фактори в домашни условия, за своевременна реакция при кръвоизливи и бързото им овладяване, запознаваме пациентите и с това колко са важни правилното хранене и поддържането на добра физическа активност при хемофилия.

- Какви са проблемите, с които се сблъскват пациентите?

- Основното при тях

За повече информация за работата на БАХК и при нужда от подкрепа: <http://coagulacia.org>

ОМЕГА-3 НОРМАЛИЗИРАТ ХОЛЕСТЕРОЛА И ТРИГЛИЦЕРИДИТЕ

• Подпомагат оптималното функциониране на мозъка и очната ретина.

• Имат противовъзпалително действие, особено при ставни артритни болки.

• Спомагат за добро кръвообращение на мозъка, за защита и профилактика на сърдечносъдовата система.

Високата концентрация на триглицериди е рисков фактор за развитие на сърдечносъдово заболяване. Рискът значително се увеличава при високи стойности на триглицериди в кръвта в комбинация с висок общ и лош (LDL) холестерол, нисък добър (HDL), особено при наличие на диабет.

Омега-3 мастни киселини са необходими за намаляване на повишените нива на триглицериди и за намаляване на сутрешната скованост и на болките в ставите при пациенти с ревматоиден артрит. Изследвания доказват, че около 4 г на ден омега-3 мастни киселини намаляват серумните концентрации на триглицеридите с 25 до 30%. При наблюдавани две групи пациенти с повишени нива на триглицериди е установено,

че при приемащите омега-3 като добавка има до 30% намаляване на концентрациите на серумните триглицериди и от 30 до 40% намаляване на нивата на лош холестерол.

Много вегетарианци си мислят, че като наблягат на орехите, лененото семе или конопеното олио, си набавят необходимите количества омега-3 мазнини. Но това не е съвсем така. В тези храни не се съдържат два вида от тези мазнини - ЕПА и DHA, а само те се усвояват директно от нашия организъм. Другите разновидности трябва да се преработват и като резултат усвоените количества са много по-малки от очакваното.

Диета, богата на омега-3 мастни киселини, може да помогне за предотвратяване на синдрома на сухото око - често заболяване на очите и сред въз-

е недостигът на медикаменти, които са заместващи фактори за съсирване на кръвта - количествата фактор, които се отпускат от НЗОК за домашно лечение, не отговарят на индивидуалните нужди на пациентите. Има липси и в областните хематологични центрове, които приемат спешни случаи. Друг проблем е, че здравното министерство не предвижда планоно лечение на хората с нарушения в кръвосъсирването (напр. при смяна на стави). На всички хора с коагулопатии и на техните близки обаче аз казвам неизменно: помнете, вие имате същите възможности и права за лечение, за социален принос и развитие, както всички хора, но трябва да ги търсите. А ние сме тук, за да ви подкрепим в общата ни битка за живот.



растните хора (с намаляна слъзна секреция), а вече и при млади хора (при носене на контактни лещи, дълъг престой пред компютърен екран, замърсяване на околната среда, сух въздух в затворени помещения с климатик, хормонални промени и др.).

За омега-3 мастните киселини е важно да се знае, че те трябва задължително да се приемат с някакъв антиоксидант (вит. А, Е, С), за да се предпазят мазнините от окисляване.

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 лекарствените гъби... Те лекари нищо не направиха, а сега на тези гъби!... Ама няма как - почвам и ги пия! Само заради децата и заради внуците! Вече се парализи-

рах и 40 дена ей тука, на това легло, не мога да мръдна, обаче пия гъбите... Минаха 40 дена... Една сутрин се събудих и гледам - а, мога да си мърдам палците на краката!" Г-н Гаров разказа своята история на 20 септември 2013 г. Днес, година по-късно, той се чувства много добре и ходи без бастун. Почти всеки ден до обяд той прави разходки по около 3 километра.

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 обвив-

ката 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 лекарствените 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! Като 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."

Виж тук: mikoterapia.bg

Виж тук: www.mikoterapia.bg

Д-р Стойна Василева, тел. 0877 593 098



"На съпруга ми беше поставена една много тежка диагноза - рак на костния мозък, мултиплен миелом. Научихме за Вашите продукти от интернет. Дойдох тук, при д-р Евтимова в гр. Пловдив. Решихме да пробваме и с тях и се оказа, че сме постъпили правилно. В първия момент се съмнявах. Защото доста продукти ментета има на пазара. И тъй като с д-р Евти-

мова се познавахме от преди време, просто я попитах откровено да ми каже мисли ли, че наистина продава мените продукти или не. Защото струват доста пари все пак. Тя ме увери, че продуктите са както трябва и са изследвани. И аз се доверих и сега мога да кажа от цялото си сърце, че има полза от тези продукти и доказателство за това е съпругът ми. Тъй като лекарите, когато го видят как изглежда, а и изследванията, които той направи, за тях са едва ли не сензация. Освен това най-важно е той как се чувства. За три месеца бърбречната му недостатъчност се намали, урината му се изчисти. Съпругът ми взима

"Имюн Модулятор", който е комбинация от гъби, и има голям ефект. Сравнявам съпруга си с другите болни, когато ходим на лечебница и химиотерапия. Разликата е очевидна. Те са бледи. Докато при него само първия път, преди да вземе гъбите, му капеше косата. А сега си има коса.

Мисля, че комбинацията правилна диета с други процедури, които са за имунната стимулация и за детоксикация, е изключително добра според мен като лекар. Сега вярвам, че дори най-страшното заболяване, дори както е при него - в напреднал стадий, също може да се спре и да се върне назад."

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 лекарствените 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."



ЗА КОНСУЛТАЦИЯ И ЗАКУПУВАНЕ НА ПРОДУКТИТЕ

• гр. СОФИЯ

Магазин и консултация,
ул. Родопи 68-70, вход вдясно, ет. 2
(до Сточна гара)

д-р Пламен Дончев

тел.: 0878 931 252
консултации от понеделник до петък от 9 до 17 часа

• гр. СОФИЯ

Магазин и консултация,
ул. Лайош Кошут 24,
вътрешен двор, офис 8
(до Руски паметник)

д-р Катя Николова

тел. 02/ 952 51 99
консултации 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 Захаријева

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

В сезона на грипа и честите есенно-зимни простудни заболявания, в сезона, когато се изострят много наши здравни проблеми, антибиотиките са обичайно средство, предписано от лекаря. Антибиотиците са спасителни в много от случаите лекарства, но все пак трябва да бъдат използвани разумно, с точното предписание, дози и схеми. Световни здравни експерти са категорични, че при употреба на антибиотици с тях трябва да се приемат и пробиотични добавки. Препоръката за прием на пробиотични добавки е поместена в Европейската бяла книга "Заедно за здраве".

Защо при антибиотично лечение е нужен приемът и на пробиотици?

Антибиотиците, както личи от самото им име, са насочени срещу живи организми, те унищожават вредните бактерии, но заедно с това атакуват и нужните бактерии. Може да се стигне до прекалено разрастване в чревната флора на колонии, чие то място не е там, и до тежки проблеми. При недостиг или липса на добри бактерии, които да поддържат равновесието в червото, лошите започват да преработват хранителните вещества, отделят други, токсични вещества, предизвикват дразнене, засилват чревната перисталтика, съответно диария, стига се до нарушаване на целия храносмилателен процес, което не само при болест, но особено при болест може да се окаже и крайно опасно. (Диари-

ПРОБИОТИЦИТЕ НАМАЛЯВАТ СТРАНИЧНИТЕ ДЕЙСТВИЯ НА АНТИБИОТИКА

ята е най-често срещаното странично действие на приложението на антибиотици, това е тежък дисбаланс в храносмилателния тракт, от който е застрашен всеки трети или четвърти човек, констатира световната статистика.)

Връщането на здравето на наранената лигавица - наранена комбинирано от болестта, от антибиотика и от нарушения хранителен режим при повечето заболявания - изисква допълнителна помощ. Подходящо средство за целта са пробиотиците - "живи микроорганизми, които, приети в подходящо количество, влияят здравословно на организма" (СЗО). 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 е доказана от нобелиста Иля Мечников още в началото на миналия век. Именно негова е теорията, че процесът на стареене, болестите водят до активизиране на гнилостни бактерии, про-

извеждащи токсини в дебелите черва, срещу което трябва да се противодейства - с 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.

За бързото възстановяване на здравето и на нормалния баланс и тонус на организма според съвременната медицина са особено подходящи най-новото поколение пробиотични добавки. Петата им генерация е комплекс от различни щамове живи млечнокисели бактерии и допълнително включен термично обработен техен концентрат, още - пребиотици,

минерали и витамини, важни за възстановяване на нормалната микрофлора. Специално концентрираните неживи (тиндализирани или топлинно обработени) млечнокисели бактерии, от които се получават бактерициди, имат отличен ефект, действат целево и много резултатно срещу патогенните микроорганизми (без да засягат не-патогенните бактерии),

ускоряват цялостния възстановителен процес на организма чрез осигуряване на силна помощ и за имунитета, чийто най-голям орган е именно чревната лигавица. Изключително предимство на това последно поколение пробиотици е и това, че са силно устойчиви на стомашен сок и жлъчни киселини благодарение на специалната производствена обработка.

Хранителна добавка на билкова основа при проблеми със СТОМАХА и ЧЕРВАТА

По оригинална рецепта на
Петър Димков



- Оказва благоприятно влияние при киселини и рефлукс
- Помага при болки и дискомфорт в стомашно-чревния тракт
- Допринася за по-добро храносмилане
- Подобрява тонуса на стомаха

Фирма "Петър Димков и КО"

адрес: гр. София
ул. "Суходолска" №143
02/928 28 77, 0888 58 79 42
www.petardimkov.com

Търсете в аптеките

Дистрибутори:
"СТИНГ" АД
"Фармабион плус" ЕООД
02/953 26 01

Actavis

LACTACARE PLUS

ЗА ДОБРОТО АНТИБИОТИЧНО ЛЕЧЕНИЕ

Ново!

Уникална комбинация

- Млечнокисели бактерии (пробиотик)
- Пребиотик
- Витамин B2

От началото
на антибиотичното
лечение



LACTACARE
Здраве за всеки

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

AT PEE

A close-up photograph of a rustic wooden bowl brimming with whole almonds. The almonds are light brown with their characteristic ribbed texture. In the foreground, two almonds and a single green almond leaf rest on a wooden surface, mirroring the bowl's material. The lighting is soft and warm, highlighting the natural tones of the almonds and wood. The text 'AT PEE' is overlaid in a large, black, serif font on the left side of the image.

кожата бледа, при което изпъкват сенките под очите. Богати източници на желязо са говеждото месо и черният дроб. **(ЖД)**



9 780440 760007

NeOx[®]

От хилядолетния опит на Аюрведа

ЗАЩИТЕТЕ ВАШЕТО СЕМЕЙСТВО

INFLUVAC® може да се прилага при всички възрастни, включително бременни и кърмещи жени, както и при деца над 6 месеца

Якщо ви не можете знайти потрібну інформацію, зверніться до наших спеціалістів. Вони допоможуть вам знайти потрібну інформацію.

INFLUVAC®

Abbott
A Division of J. J. Abbott & Co., Inc.

Доц. д-р Димитър ПОПОВ

Може определено да се каже, че историята на витамин С е тясно свързана с Великите географски открития от началото на XV до XVIII век. Колкото и странно да звучи, жертвите сред екипажите в резултат на океанските бури, срещите с дивите животни и недружелюбното туземно население по време на тези плавания били многократно по-малко в сравнение с тези от страшната болест скорбут, която се превърнала в истински бич за първооткривателите на новите светове. Например в легендарната експедиция на Вашку да Гама, търсеща път към далечна Индия, от 170 моряци 116 стават жертва на коварната болест.

През 1747 г. решението все пак било намерено от корабния лекар на английския кралски флот Джеймс Линд, който експериментално доказал, че сокът от лимони и портокали е в състояние да противодейства на болестта. Официалната кралска медицина обаче още петдесет години упорито се съпротивлявала срещу изводите на младия шотландец и отстоявала инфекциозния характер на заболяването. Дълги години без отговор останал въпросът какво все пак се съдържа в цитрусовите плодове, което ги прави толкова ефикасни срещу скорбута. Отговорът бил даден почти две столетия след знаменитото изследване на доктор Линд. През 30-те години на миналия век американският биохимик от унгарски произход Алберт Сент-Дьорди успял да изолира от цитрусовите плодове и зелето незначително количество от кристална субстанция, т.нар. хексуренова киселина, която предотвратявала симптомите на скорбут при морските свинчета.

ВИТАМИН С - ЗАГАДКИ И ТАЙНИ

Установена била и химическата структура на тайнствената киселина, която получила окончателното си наименование - аскорбинова киселина (предвид противодействието ѝ срещу страшната болест - скорбута). И тъй като буквите А и В, с които били означени откритите към момента витамини, вече били заети, за аскорбиновата киселина останало наименованието витамин С.

Опитите показали, че само 10 мг дневна доза от тази магическа киселина са достатъчни за предотвратяване на ужасната болест. За своето забележително откритие през 1937 г. Алберт Сент-Дьорди е удостоен с Нобелова награда.

В наши дни знаем и много, и все още твърде малко за този витамин на витамините, както го наричат мнозина. Според известния американски диетолог д-р Робърт Аткинс витамин С има такова огромно значение за човешкото здраве, че на практика не съществува болест, при която приемането му да не води до подобрене на състоянието. По безспорен начин беше установено, че витамин С участва в невероятен брой процеси в човешкия организъм - в синтеза на важния протеин колаген, участващ в изграждането на кожата, сухожилията и костите, в укрепването на имунната защита, в образуването на червените кръвни телца, във въглехидратния обмен и усвояването на желязото и калция и т.н. Благодарение на мощното си антиоксидантно действие аскорбиновата киселина инактивира излишъците от свободни радикали, предизвикващи стареенето на клетките и на организма като цяло, и противодейства на образуването на канцерогенните нитрозамини - продукти на трансформацията на нитратите в човешкия организъм. Доказано е, че витамин С играе важна роля и в синтеза на катехоламините - веществата с хормонално и сигнално действие адреналин, норадреналин,

допамин, които управляват множество жизненоважни процеси в човешкия организъм.

По безспорен начин е установена ползата от витамин С при простудните и грипните заболявания.

Биофлавоноидите, известни още като витамин Р, съдържащи се в редица плодове и зеленчуци (цитрусови, касис, малини, къпини, боровинки, арония, зеле, домати, магданоз, копър и др.), предпазват от окисление витамин С и повишават неговата активност около 20 пъти. Редица изследвания показват, че съвместно с витамин С биофлавоноидите предпазват от разрушение хиалуроновата киселина, която играе особено важна роля за доброто състояние на кожата, способстват за заздравяването на клетките на кръвоносните съдове и увеличаването на еластичността им. Любопитно е, че всички висши животни са в състояние да синтезират този важен витамин. Изключение правят приматите, морските свинчета и... човекът, които трябва ежедневно да го получават с храната си, тъй като витамин С не се складира в техния организъм. За съжаление витамин С определено е най-лабилният сред витамините и бързо се разрушава под действието на кислорода на въздуха, светлината и високата температура. За по-доброто му запазване е препоръчително продуктите, които го съдържат, да се подлагат на щадяща термична обработка - в микровълновата фурна, на пара или в уок тиган.

Каква е потребността от този витамин за човешкия организъм? На този въпрос все още няма окончателен отговор. Според експертното мнение на група американски, датски и френски учени препоръчителната дневна доза от витамин С следва да е 200 мг. В интерес на истината трябва да

признаем, че на това поле през последните десетилетия на миналия век се разиграха невероятни противоборства на мнения, които не стихват и в наши дни. В центъра на полемиката се откроява името на американския химик и носител на две Нобелови награди Лайнъс Полинг, който в продължение на две десетилетия упорито и настойчиво отстояваше тезата, че високи дози (до 10 г) витамин С са ефективно средство срещу простудните и дори раковите заболявания. Според учения превантивното приемане на този чудотворен витамин би спестило на американското правителство милиарди долари здравни разходи. Благодарение на безспорния му авторитет през 80-те години на миналия век в САЩ, а и не само там, настъпи истинска аскорбиноис-

терия. За съжаление многобройните изследвания както в САЩ, така и в други страни на света, не потвърдиха тезата на Лайнъс Полинг за панацеята витамин С. Нещо повече, в повечето случаи беше наблюдавано, че

приемането на високи дози както на витамин С, така и на другия мощен антиоксидант - витамин Е, има точно обратния ефект.

По трагично стечение на обстоятелствата (или в потвърждение на наблюденията?) както неговата съпруга, така и самият учен починаха от рак. Независимо от прилаганите високи дози витамин С...

Как да се обясни този странен феномен? Та

нали именно антиоксидантите инактивират свободните радикали, причинителите на тези болести? През последните години науката даде отговор и на този въпрос. Оказа се, че свободните радикали в определено количество са важни и нужни на човешкия организъм, затова той си ги продуцира. Чрез тях той се справя с болестотворните бактерии и възникналите ракови клетки. Високите дози антиоксиданти обаче "обезоръжават" организма и го правят уязвим на тези и други болести.

Очевидно и тук, както и в случая с холестерола, нитратите и хидрогенираните мазнини следва да ревизираме някои свои виждания. Още много бели полета има в невероятния брой процеси, в които витамин С участва в човешкия организъм. Дали скоро ще намерим нишката на Ариадна, която ще ни преведе през този лабиринт, предстои да разберем.

gpopov_bg@yahoo.com

От хилядолетния опит на Аюрведа

Отново се гвижиш!



NeOx®

Неокс крем е комбинация от 5 оптимално подбрани природни съставки за бърз и продължителен обезболяващ ефект.

При болки в ставите и мускулите.

Подходящ е за приложение при:

- артроза болест
- хронични травми на опорно-двигателния апарат
- болестни мускулни спазми и разтежения

Талон за отстъпка в аптеку *Марешки*

Неокс крем - ~~5.28 лв.~~ **4.22 лв.**

Промоцията важи до 31.10.2014





Тина БОГОМИЛОВА

КЕСТЕНИТЕ РАЗКРАСЯВАТ И ЛЕКУВАТ

фор, магнезий, калций, цинк, натрий, желязо, както и микроелементите мед, флуор, силиций. В тях се съдържа много лецитин, който е важен за паметта, предпазва сърцето, улеснява метаболизма и помага при стрес. Вкусните ядки помагат за здрави кости и нерви, народната медицина ги препоръчва при анемия и подагра. Кестенът обаче не е подходяща храна при диабет.

Те са лековити хапки в късната есен, когато имунната система е отслабнала.

С кестени се правят пюрета, пълнеж на птици, гарнитура към печено месо, торти, сладкиши, дори и бонбони. Както в миналото, така и днес се приготвя хляб от кестени, който е популярен в диетичното хранене.

Кестените могат да се ядат печени, варени, на пара, на барбекю, приготвени във фурната, както и под формата на каши и пюрета. Комбинират се със зеленчуци, гъби, месо, сметана и дори шоколад.

Лечебните свойства на дивия кестен също са познати от векове.

Дивите кестени, наричани още конски, не се ядат, защото са отровни. Но въпреки това се препоръчват за здраве и разкрасяване. Те съдържат много въглехидрати, белтъци, мазнини, гликозиди, сапонини, дъбилни вещества, смоли, витамини С и В група, калий, фосфор, магнезий, калций, натрий и желязо, мед, флуор, силиций.

Действат противовъзпалително, противотемпературно и обезболяващо. Употребяват се във вид на запарка при кашлица и хрема. Имат запичащ и дезинфекционен ефект и се препоръчват при диария. В народната медицина се предлагат за лечение на магарешка кашлица, маточни кръвотечения, подагра, ревматизъм, ишиас.

Дивият кестен влиза в състава на много фармацевтични препарати с противовазариално и противохемороидно действие. Екстрактът е силен естествен анагетик и мощно противовъзпалително средство. Въздейства ефективно след травми, премахва отоци, подобрява кръвообращението.

Според Димков кестените оказват благотворно влияние

мърху мускулите, ставите, сухожилията и нервната система, а и сегашните билкари ги наричат естествени успокоителни. Пет-шест кестена под възглавницата помагат за здрав и спокоен сън, три в джоба спасяват от болки в ставите.

Самолечението с див кестен обаче крие рискове въпреки многобройните публикувани рецепти за отвари и tinkтури. В по-големи дози билката е отровна, затова е добре илачите да се купуват от аптеките по лекарско предписание.

Дивият кестен е често срещана съставка в много козметични маски, кремове и лосиони за хубава кожа и коса. Екстрактът от конски кестен възстановява отпуснатата, суха и чувствителна кожа. Прави я по-здрава, постегната и по-млада, изсветлява тъмните кръгове под очите, предпазва от зачервяване и разширени пори. Дивият кестен потиска ензимите, разграждащи еластините нишки и хиалуроновата киселина и така се бори със стареенето. За да са резултатни, маските с кестени трябва да се правят през ден, а лосионите - всеки-

дневно в продължение на поне две седмици. За поддържане на кожата се правят и маски с кестеново брашно от диетичните магазини.

Лосион за укрепване на капилярите се прави, като по една шепа сладки и диви кестени се нарязват и се заливат със спирт. Сместа се държи на тъмно и хладно място три седмици, прецежда се и се разрежда с розова вода. Лицето се обтрива сутрин и вечер с памучен тампон, напоен в този лосион.

Кестеновият екстракт се използва и като съставка на кремове против слънчево изгаряне. Успешно се бори и с целулита, защото дивият кестен подобрява микроциркулацията на кожата.

Козметиката с див кестен защитава косата, придава ѝ блясък и плътност, подобрява кръвоснабдяването на скалпа.

Екстрактът може да се намери в много козметични кремове за крака, тъй като ревитализира стъпалата и мускулатурата.

А освен че разкрасяват и лекуват, носени близо до тялото, малките възшебни ядки дават енергия и самочувствие.

Хранителна добавка

Urocomfort

Благоприятно повлиява
функцията на пикочните пътища

ЕСОPHARM

Urocomfort

Коллагенова формула, Витамини
С, Е, А, В₁, В₂, В₆, В₁₂,
Д-МАНОЗА И
КОПИВА

60
Анализирани капсули

Урокомфорт при уроинфекции

ЕСОPHARM

АКО ИСКАТЕ ГЛАДКА КОЖА, ПРИЕМАЙТЕ КОЛАГЕН

Наистина ли се заблуждавате, че обичайните козметични средства могат да направят за кожата ви онова, на което нутрикозметиката е способна? Все още ли вярвате, че скъпите антиейдж кремове, лосиони и серуми ще ви предпазят от процесите на кожно стареене? Съвременните дерматологични практики показват, че природните продукти за красота, приемащи се през устата, демонстрират далеч по-голяма ефикасност от козметичните препарати за външна употреба! При това положение съвсем не е



учудващо, че козметиката под формата на тубички и флакончета съвсем скоро ще отстъпи място на бъдещето, наречено нутрикозметика. Нутрикозметичните средства са природни продукти с натурален състав. Те съдържат комбинации от хранителни вещества и антиоксиданти с превантивен или лечебен върху кожата, косата и/или ноктите ефект. Една от най-обещаващите съставки на пазара на нутрикозметиката е колагенът. Той предлага страхотни перспективи в поддържането на млада и здрава кожа.

ХИДРАПЛЕНИШ: ДОБРЕ ДОШЛИ В ОТБОРА НА НАЙ-ДОБРИТЕ!

Хидраплениш е продукт със съдържание на хидролизирани колаген с ниско молекулярно тегло, **нискомолекулярна** хиалуронова киселина и хондроитин сулфат. Формулата на Хидраплениш - BioCellколаген®, е подкрепена с категорични данни за безопасност и ефективност. Благодарение на патентованата BioCell Collagen TM технология никой друг продукт със съдържание на колаген и хиалуронова киселина не би могъл да се сравни с Хидраплениш. Хидраплениш се отличава с висока бионаличност и прецизен молекулярен състав, усвояващ се на 100%. Действието му е оценено в рандомизирани, двойнослепи, плацебо контролирани проучвания, проведени в съответствие с добрата клинична практика. Резултатите от тях показват, че приемът на Хидраплениш води до значителни подобрения в състоянието на кожата, косата и костите. Клинично доказано е, че приемът на 1000 mg BioCellколаген® дневно в продължение на 12 седмици води до значително редуциране на бръчките и фините линии. Хидраплениш е продукт на американската марка Nature's Way - лидер в индустрията на хранителни и диетични продукти за здравето.

Един от най-големите религиозни празници - Задушница, привлича в централноамериканската държава всяка година в началото на ноември туристи от цял свят. За повечето любопитството е съвсем обосновано: смъртта на близки хора и самото ходене на гробища предизвикват мъка и тъга по напусналите ни, защо тогава тук се веселят?

Етимологията на празника

Корените на Dia de Muertos (Деня на мъртвите) са 4000 години назад във времената, когато държавата Мексико не е съществувала, а местните цивилизации на сапотеки, толтеки, олмеки, майи, ацтеки и много други преди тях процъфтявали. Всички те имали един общ белег - вярата в задгробния живот. За тях физическата смърт не била край, а начало на пътуването на душата из небесните селения. После тя се прераждала отново и така хората по-скоро празнували смъртта, отколкото да изпитват страх от нея, защото я възприемали като продължение на живота под друга форма.

Денят на мъртвите, макар и да е в единствено число, в календара на мексиканците трае поне два дни: на 1 и 2 ноември. Като добавим и дните на подготовка и

тези след купона, оставаме с впечатлението, че тук фиестата наистина не спира. Все пак в наши дни тя е доста по-кратка, отколкото някогашната ацтекска вакханалия, която продължавала по месец. Нишката идва от преклонението пред богинята на смъртта от пантеона на божествата. Тя се наричала Миктекасиуатл и властвала над подземния свят, а ацтеките я почитали по цял един месец при прибирането на реколтата от царевича.

Когато испанските конкистадори завладели тези земи през 1521 г. и наложили католицизма като официална религия, те съвсем не се интересували от сложния пъзел на местните богове, обичаи и вярвания. Те мислели ацтеките за дивни варвари, които час по-скоро трябва да приемат християнството и да влязат в правия път. Все пак не могли да унижат ритуалите на коренното

Мексико: фиеста на Задушница



На централния площад в един от емблематичните мексикански исторически градове - Пуебла, наследници на някогашното коренно население пресъздават традиционните обичаи за омилостивяване на духовете на мъртвите. Ритуалите са съпроводени с биене на тимпани и други ударни, а публиката наоколо наблюдава и аплодира с часове.

население, но поне значително съкратили празника. Вярващите, които били принуждавани да посещават литургиите в катедралите, за да почитат своите мъртви, плавно прелели традиционните си чествания в католическия ритуал, като се запазила цялата пре-

дишна цветност и пищност, а древната богиня на отвъдното се превърнала в днешния символ Катрина. Така дните на мъртвите се свили до католическите Все светии и Задушница, чествани именно на 1 и 2 ноември, а по-късно към всичко това се лепнали и битови елементи от Хелоуин.

селчета) се явяват и остават при семействата, които са напуснали. За тях на олтаря се слагат любими играчки и се раздават бонбони. На другия ден и духовете на възрастните слизат да посетят земните си семейства.

Всички са по улиците не само в типичните костюми на Катрина и Катрин, но и като вампири, приказни герои, дяволи и ангели. Колоните на шествието се събират на централния площад и после поемат по улиците на града. Чувстваме се като на панаир: много хора, особено децата, искат да се снимат с чужденците. Възрастните люпят семки, хапват и чакат зарята като кулминация на тържествата.

В епицентъра на веселбата

В Мексико започват да се готвят за фиестата много преди 31 октомври, когато децата са заети да правят малки олтари за починалите си братчета и сестричета. Според местните вярвания в полунощ срещу 1 ноември небесните врати се отварят и духовете на починалите деца (наричани *ангелитос*, ан-

Обичайната украса на олтарите и гробовете са черепите и понякога името на починалия е изписано върху тях. Продават се и в захарен вариант, като сладкиш за подаване. Черепът е символ на трофея от доколумбовата епоха и е свързан с много ритуали. Скелетите и черепите по време на празненствата са навсякъде: като маски, кукли, сладкиши. Те винаги са усмихнати, във веселяшки пози и модни дрехи.



Образът на Катрина се свързва с богинята на смъртта Миктекасиуатл и е създаден от известния мексикански илюстратор Хосе Гуадалупе Посада. След неговата смърт Катрина и Катрин, мъжкият ѝ еквивалент, стават символи на Деня на мъртвите. Женският образ е гротеска на претенциозната жена от елита по времето на диктатурата на Порфирио Диас, която се е поевропейчила. Роклята на Катрина обикновено е лилава с нарисувани върху нея скелет, лице и гримирани като череп, а шапката е широкопола. Идеята на скелета и черепа е, че дори богатите не могат да избегнат неизбежното.

Олтарите (офрендас) за Деня на мъртвите в Мексико присъстват не само в катедралите, но и в обществените сгради и отделните домове. В декорацията им са включени разпятия, статуи и изображения на Богородица, много оранжеви "Цветя на смъртта" - невени и турти, портрети на починалите, техни любими лични вещи, храни, които те са обичали приживе. Това се приема като дар към мъртвите и изразява дълбокото преплитане на езическите и католическите обичаи. На някои места дори за духовете оставят одеяла и възглавници, за да си починат от дългия път. Семейството се събира край олтарите за молитва и си разказва спомени и весели случки, свързани с починалите.

В училищата олтарите са обичайна практика, но в тях не се влага религиозен смисъл. Дори в държавните институции се правят малки олтари като жест към този така важен за мексиканското културно наследство празник.



По гробищата веселбата започва на 2 ноември по-късно вечерта: там хората измиват надгробния камък на скъпия покойник, украсяват с гирлянди от оранжеви цветя и свещи, разпъват трапезите и викат мариачите. Започва ядене, пиене на мескал и текила и музика, все едно че това е най-радостният пикник през годината. Поднася се храната, която мъртвите са обичали приживе, и специалният Pan de Muertos - козунак, който се раздава на присъстващите. Формите му са различни - от кръгъл до такъв като череп, а често и с изрисувани отгоре кръстосани кости от захарна глазура. Разказват се случки и се споменават патилата на мъртвия. В някои райони на Мексико живите дори остават да преспят край гробовете на починалите роднини. Те вярват, че покойниците се събуждат от вечния си сън и всички отново са заедно.

Празникът е оцелял през вековете и се е превърнал в най-значимото културно, религиозно и семейно честване на цяло Мексико. Още един щрих към него са калаверас (от думата за череп) - епитафи, в които се описват особеностите на характера на починалия или просто закачки към публични личности, които напомним, че никога не е вечен.

Текст и снимки
Бойка ВЕЛИНОВА
www.bonboniera.bg

ПОЛЕЗНО ИНФО

Денят на мъртвите като фиеста се чества и в Бразилия, Гватемала и Испания. Той е популярен и в държави като САЩ и Канада, където мексиканските емигранти пазят своите традиции. Любопитно е, че по подобен начин отбелязват Задушница в Китай и на още много места из Азия и Африка.

Най-големият, шумен и пищен мексикански празник е добър повод за посещение на страната. Резервирайте пътуването си поне 4-5 месеца по-рано, както и самолетните билети. Предпочитанието ми е към опитен и традиционен туроператор (има много добри британски и канадски фирми), които предлагат екскурзии на поносими цени, а и програмата им е изпитана в детайли. Групите са малки и организацията е отлична. Полетът до Мексико Сити от Мадрид е 11-12 часа. Щатски долари можете да обмените в мексикански песос навсякъде из страната.

<h1>ЖИВОТЪТ ДНЕС</h1> <p>Главен редактор Петър Галев</p> <p>Отговорен редактор Светлана Любенова s.foteva@health.bg</p>	<p>Репортери Вероника Христова Татяна Вълкова Георги Георгиев Мирослава Кирилова Кристина Пешина</p> <p>Наблюдател Акаг. Григор Велев</p>	<p>Графична концепция РЕМЕ-сун</p> <p>Преглед: Веселка Александрова, Росица Иванова</p> <p>Коректор Татяна Джунова</p>	<p>ISSN 1314-6092 Издава Хелт ЕООД</p> <table border="1"> <tr> <td data-bbox="1459 2573 1759 2617"> <p>Адрес на редакцията: София 1574, бул. „Шипченски проход“ 65 тел. 02/43 97 300</p> </td> <td data-bbox="1759 2573 1990 2617"> <p>Реклама: ХЕЛТ МЕДИЯ София, тел.: 0887/93 98 89, m.vazharova@health.bg</p> </td> </tr> <tr> <td data-bbox="1459 2617 1759 2665"> <p>Печат: Алианс Медиапринт АД, Адрес: София, ж.к. „Дружба 1“, ул. „Илия Бешков“ №3</p> </td> <td data-bbox="1759 2617 1990 2665"> <p>Разпространение: 0887 75 33 70 k.kostadinov@health.bg</p> </td> </tr> </table> <p>Безплатен абонамент за електронното ни издание в PDF формат на: info@health.bg</p>	<p>Адрес на редакцията: София 1574, бул. „Шипченски проход“ 65 тел. 02/43 97 300</p>	<p>Реклама: ХЕЛТ МЕДИЯ София, тел.: 0887/93 98 89, m.vazharova@health.bg</p>	<p>Печат: Алианс Медиапринт АД, Адрес: София, ж.к. „Дружба 1“, ул. „Илия Бешков“ №3</p>	<p>Разпространение: 0887 75 33 70 k.kostadinov@health.bg</p>
<p>Адрес на редакцията: София 1574, бул. „Шипченски проход“ 65 тел. 02/43 97 300</p>	<p>Реклама: ХЕЛТ МЕДИЯ София, тел.: 0887/93 98 89, m.vazharova@health.bg</p>						
<p>Печат: Алианс Медиапринт АД, Адрес: София, ж.к. „Дружба 1“, ул. „Илия Бешков“ №3</p>	<p>Разпространение: 0887 75 33 70 k.kostadinov@health.bg</p>						



Най-после - България има победа в Шампионската лига

се надяват да изпълнят заканата на своя благодетел Кирил Домусчиев, който убедено заяви: "100 процента е сигурно - Лудогорец ще играе 1/8-финал в Шампионската лига". Босът на клуба допълни още: "Искахме да станем шампиони и го направихме. После пожелахме силно влизане в групите на Шампионската лига и го сторихме. Сега голямата ни цел е да играем в 1/8-финалната фаза на ШЛ. Не казвам, че ще го

направим тази година, но ако не се случи, ще пробваме догодина или след две. Рано или късно ще постигнем и тази наша цел".

Авторът на единствения гол Йордан Минев пък стана вторият българин с попадение в турнира след Мариян Огнянов, който се разписа при дебюта на Левски в надпреварата преди няколко години.

Успехът на шампионите на България е още по-значим, като се има

предвид, че едва четири участника в надпреварата са с по-евтина селекция. Разградчани са оценявани на 41 500 000 евро, а зад тях са АПОЕЛ Никозия (18 650 000 евро), БАТЕ Борисов (18 100 000 евро), Марибор (13 830 000 евро) и Малмьо (12 230 000 евро). За сравнение, при участието на Левски в групите на Шампионската лига през сезон 2006/07 "сините" бяха най-евтиният отбор в надпреварата.

Най-скъпият отбор е европейският шампион Реал Мадрид - 673 млн. евро. Следват Барселона с 611 млн. евро, а съставът на Байерн Мюнхен е оценяван на 564 350 000 евро. Топ 5 се допълва от Челси (444,75 млн. евро) и Манчестър Сити (441,25 млн. евро).

Другите съперници на българския шампион в група "В" на Шампионската лига - Ливърпул и Базел, са оценени съответно на 331 500 000 евро и 48 600 000 евро.

Лудогорец продължава да чупи рекорди сред българските отбори. След като стана първият наш представител, вкарал два гола в Шампионската лига, на 22 октомври 2014 г. стана и първият с

победа в най-комерсиалния футболен клубен турнир на планетата.

Успехът с 1:0 над Базел изпрати избраниците на треньора Георги Дерменджиев дори на второ място в групата след първите три кръга. По този начин "орлите"

Домусчиев нападна Любо Пенев

Собственикът на Лудогорец Кирил Домусчиев отново бе най-търсеният за мнение след поредния силен евромач на тима му. Бизнесменът, който не скри удовлетворението си от първата победа на разградчани в груповата фаза на Шампионската лига, възропта срещу решението на националния селекционер Любослав Пенев да не пуска титуляри всички повикани футболисти от Лудогорец. "Ние говорим на терена. Играят само двама (играчи на Лудогорец в националния отбор, б.р.), което смятам, че е грешка. Там има национален селекционер, който си има негови идеи. Имаме 6 момчета, от тях четирима само тичат за здраве. Ще запазя мнението си за пред Изпълкома. Няма да критикувам Любослав Пенев, но не е нормално да викат 6 човека, а да играят само двама", бе лаконичното мнение на Домусчиев по темата.



Реал чупи рекорди

Вратарят на Реал Мадрид Икер Касияс постави нов рекорд в Шампионската лига. Футболистите на "кралския клуб" по традиция обичат новите постижения в европейския турнир, който са печелили най-много от всички. При класиката над Ливърпул с 3:0 стражът регистрира своята 85-а победа в надпреварата. По този начин той изпревари Шави Ернандес от Барселона. В момента двамата пък имат най-много мачове в ШЛ - по 143, а Касияс изпревари бившия си съотборник Раул по този показател, който остава с един по-

малко.

Още следващия мач може да станем свидетели едновременно на два рекорда, поставени от футболисти на Реал. Освен че вратарят може да излезе еднолично на върха с най-много мачове, Кристиано Роналдо пък може да се превърне в голмайстор номер едно за всички времена в надпреварата. Португалецът има до момента 70 попадения, а начело е Раул - с един повече. Интересното е, че той не се е разписвал в турнира, докато играеше за Манчестър Юнайтед (2003-09), а всичките му попадения са от периода в Реал.

Презареди с Амбинор!

Ambinor

Аргинин аспартат, Магнезий, Витамин В6

За повече енергия и жизнен тонус при:

- умора и стрес
- умствено натоварване
- физическо натоварване
- спорт
- след боледуване

ECOPHARM

www.ecopharm.bg

За трета поредна и последна година София ще бъде домакин на втората по сила заключителна тенис надпревара за жени - Турнира на шампионките. От 28 октомври до 2 ноември в зала "Арена Армеец" осем от най-добрите ракети в света ще играят за престижния трофей и за разпределение на наградния фонд от \$750 000.

В София за титлата ще спорят Екатерина Макарова (Рус), Доминика Цибулкова (Слвк), Андреа Петкович (Гер), Карла Суарес Наваро (Исп), Ализе Корне (Фр), Гарбине Мугуруса (Исп), които заемат местата от 11-о до 23-то в световната ранглиста и са спечелили поне един турнир от категория "Интернешънъл" през сезона. Другите две участнички - Цветана Пиронкова и Флавия Пенета (Ит), получиха покана от организаторите.

27-годишната пловдивчанка е единствената участничка и в трите издания на надпреварата, тъй като се ползва от домакинското си предимство. Първоначално "уайлд кард" взе бившата номер 1 в света Йелена Янкович (Сър), но тя преустанови участията си заради контузия. Така ще се наруши традицията във всички издания на състезанието в София да играят бивши лидери, след като през 2013-а това бе Ана Иванович (Сър), а през 2012-а - Каролине Возняцки (Дан).

Единственото сигурно преди старта на надпреварата е, че тя ще има нова шампион-

Тенис на световно ниво пак завладява София



ка. Миналогодишната победителка Симон Халеп (Рум) достигна до второ място в ранглистата през сезона и се класира за първия по сила турнир - Шампионата на WTA в Сингапур с награден фонд \$6,5 млн.

Историята

Турнирът започва през 2009 г. Първото издание е в курорта Бали в Индонезия от 4 до 8 ноември като част от календара на женската асоциация. Приемат името на спонсора и се нарича Commonwealth Bank Tournament of Champions. Право на участие получават 10 от най-високо поставените в световната ранглиста тенисистки, които са печелили поне един турнир през го-

дината и не участват на сингъл във финалния за годината турнир Sony Ericsson Championships в Доха. Към тях са добавени две състезателки с "уайлд кард". 12-те тенисистки са разделени в групи по три с мачове всяка срещу всяка. Победителките в групите отиват на полуфинал, където се играе на пряка елиминация и финал. Наградният фонд е 600 000 долара с възможност за бонус от 1 милион евро за победителката, ако има поне 3 титли на турнири от категорията International.

Форматът на второто издание отново в Индонезия е променен. Вече няма групи, а тенисистките са 8 и играят в преки елиминации.

Полуфиналистките определят помежду си първо, второ, трето и четвърто място. През 2011 г. надпреварата пак бе в Бали.

От 2012 г. в три поредни години домакинството бе дадено на София. Регламентът бе върнат в първоначалния си вариант - състезателките да са разпределени в групи, но този път те са две с по 4 тенисистки. За най-добрите от тях следва полуфинал и финал.

От 2015 г. надпреварата ще претърпи промени по отношение на регламента: турнирът (с новото име WTA Elite Trophy) ще включва 12 състезателки (от 9-о до 20-о място в WTA ранглистата) във формат групов фаза (четири групи с по три тени-

систки, а след това и директни елиминации в полуфинали и финал) заедно с една покана (wildcard) и 6 двойки (в две групи с по три двойки, а след това и директни елиминации в полуфинали и финал). Наградният фонд ще бъде в размер на \$2 150 000. В продължение на пет години домакин ще е китайският град Джухай.

Финалите досега

2009 г.: Араван Резаи (Фр) - Марион Бартоли (Фр) 7:5 и отказ

2010 г.: Ана Иванович (Сър) - Алиса Клейбанова (Рус) 6:2, 7:6 (7:5)

2011 г.: Ана Иванович (Сър) - Анабел Медина Гаригес (Исп) 6:3, 6:0

2012 г.: Надя Пет-

рова (Рус) - Каролине Возняцки (Дания) 6:2, 6:1

2013 г.: Симона Халеп (Рум) - Саманта Стосър (Авл) 2:6, 6:2, 6:2

Зрител ще си тръгне с подарък лек автомобил

Много награди за зрителите, които са си закупили билети, ще има по време на последното издание в София на Турнира на шампионките. Най-голямата сред тях е чисто нов автомобил. Печелившият ще бъде изтеглен след финалната среща на надпреварата на 2 ноември.

От курортен комплекс Албена осигуряват едноседмична "ол инклузив" почивка за двама в тризвезден хотел в Албена. Наградата ще бъде изтеглена в третия ден на турнира - четвъртък, 30 октомври.

Ден по-рано сред феновете ще бъде разиграна екскурзия за двама до Истанбул, осигурена от генералния спонсор на турнира Garanti Koza, а на 31 октомври наградата е луксозен часовник от Baume et Mercier.

Феновете по трибуните ще могат да пускат своя талон за участие в жребия за наградите в кутии, разположени в преддверието на "Арена Армеец", София. Талоните ще се натрупват, като всеки ден ще се тегли по един печеливш. Така автомобилът ще може да бъде спечелен от всеки зрител - независимо в кой ден от състезанието е бил в залата.

Цената на билетите е от 25 до 700 лв. Те се продават освен на касите на зала "Армеец" и в интернет от Ивентим.

Страницата
подготви екип на
сайта tennis24.bg.

SILVERGYN Вагинални капсули за локално приложение при:

- Вагинални инфекции от бактериален и микотичен произход
- Вирусни инфекции
- Трихомониаза
- Постижане на асептичност при гинекологични интервенции и раждане
- Предотвратяване на рецидиви на херпес симплекс 2

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