



Ha cmp. 5



Ha cmp. 19



**Брой 40 (121), 4 - 10 ноември 2014 г. (год. III)**

# ЖИВОТЪТ ДНЕС

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

Разпространява се  
безплатно

**Снимка Росен ВЕРГИЛОВ**

**Цветан Симеонов,  
председател на БТПП:  
Липсва  
ефективен  
социален диалог**

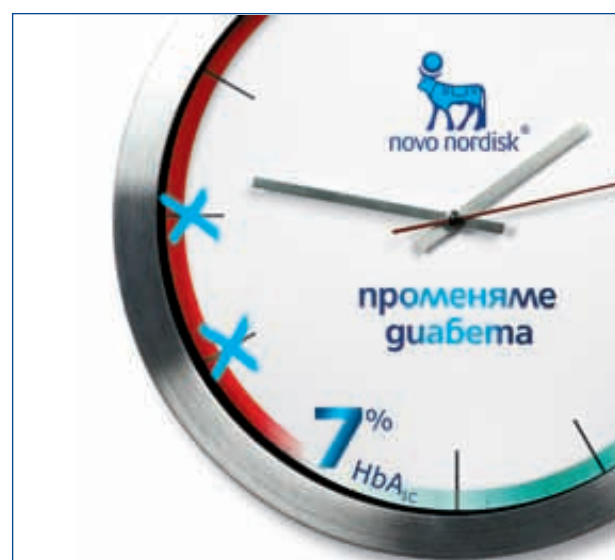
**Интервю на Галина СПАСОВА на стр. 7**

### Ha cmp. 4

**Ha cmp. 6**

### Ha cmp. 9

**Ha cmp. 14**



Гликираният хемоглобин (HbA<sub>1c</sub>) е златен стандарт за оценка на лечението на захарния диабет и е критерий за дългосрочния му контрол. Той отразява средната кръвна захар през последните 2-3 месеца. За повече от пациенти целта е да се постигнат и поддържат HbA<sub>1c</sub> <7%, да 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.



# Българският олимпизъм навърши 90 години

Ha cmp. 32



## 110 години лекарствена регулация в България

**Н**ачалото е поставено през 1904 г. с Указ на княз Фердинанд за създаване на химическата лаборатория при Дирекцията за обществено здраве. Днес отбелязването на годишнината преминава под мотото "Устойчивост, прозрачност, сътрудничество", което маркира както наличие на редица проблеми в тази твърде чувствителна сфера, така и решимостта погледът да се фокусира напред, в конкретни действия. Защото, както каза изпълнителният директор на ИАЛ доц. Асена Стоименова, институцията е "между два свята, меж-

ду закона и всички, които са субекти на регулация - търговци на едро, производители, притежатели на разрешения за употреба, изследователски организации, аптеки". Затова е необходимо, за да са лесно приложими, нормативните актове в лекарствената регулация да бъдат ясни и недвусмислени. За успешното прилагане на лекарствената политика всички ангажирани институции трябва да имат обща цел, процедурите да се спазват от всички, атмосферата да създава условия за решаване на сложни казуси, подчерта доц. Стоименова. В презентацията си по

случай годишнината тя сложи акцент върху устойчивостта в разпространение на информацията, провеждане на редовни контакти и семинари, споделянето на добрите практики, контрол по приетите етични кодекси, нетолерантност към корупционните практики. За броени месеци ИАЛ формира експертен съвет по търговия на дребно с лекарствени продукти, комисия за оценка на риска в проследяването на лекарствената безопасност, успешно премина одит от Европейския директорат за качество на лекарствените продукти.

Като част от целена-



По повод годишнината на ИАЛ изпълнителната директорка доц. Асена Стоименова получи много поздравления

Снимка Рада ПЕТКОВА

сочените усилия за по-голяма прозрачност ИАЛ се включва в социалната мрежа за здраве CredoWeb и чрез създадените профили в нея

ще насочва информация към пациенти, лекари, притежатели на разрешения за употреба, институции, медии. Предстояща задача на агенцията е и информационна кампания за лекарствата, обозначени с обрънат черен триъгълник. Това се налага, тъй като

сред пациенти, а дори и сред медицински специалисти съществува погрешно мнение, че това са експериментални медикаменти, че безопасността им не е доказана. В действителност става въпрос за влизане в сила на правен акт на Европейската комисия.

### СОЦИАЛНА МРЕЖА ЗА ЗДРАВЕ



Информация за нови лечебни методи, услуги и медицински центрове

Лекари, стоматолози и фармацевти отговарят на Вашите въпроси

Възможност да намерите точния лекар или зъболекар

**ТВОЯТ ЛЕКАР Е ТУК!**  
[www.credoweb.bg](http://www.credoweb.bg)

## На 22-ро място в света сме по равенство между половете

България е на 22-ро място от 142 страни в класация за 2014 г. на Световния икономически форум за равенството между мъжете и жените на работното място. Страната ни значително подобрява позицията си спрямо миналата година, когато беше под номер 43.

Според изследването продължителността на живота на жените в България е средно 68 години, а на мъжете - 63 години. Повече жени, отколкото мъже, завършват висше образование (71 срещу 55 на сто). Всеки четвърти депутат в българския парламент е жена, представителките на нежния пол заемат 41 процента от министерските постове.

Мъжете и жените са най-равноправни в Исландия, следвана от Финландия, Норвегия, Швеция и Дания.

В дъното на класацията са Йемен, Пакистан,

Чад и Сирия.

Според Световния икономически форум едва през 2095 г. ще бъде постигнато равенство между мъжете и жените в професионален план. От 2006 г. насам възможностите на жените в професионалния сектор не са нараснали значително. Днес те достигат само 60 на сто от възможностите на мъжете спрямо 56 на сто преди девет години.

Но има и някои положителни моменти. В някои сектори като здравеопазването и образованието неравенството е намаляло.

За сметка на това в други сектори, като политиката, то остава значително. Жените заемат само 21 на сто от ръководните държавни длъжности в света, въпреки че в момента дамите в парламентите са се увеличили с 26 на сто спрямо девет години по-рано, а жените министри - с 50 на сто.

**Li Tour**  
**Петзвездна Нова година в Белград**  
хотел "Метропол Палас" - 5 звезди, с комфортен автобус  
30.12.14 - 02.01.15  
само за 399 лв.  
Телефон за резервации  
02/9891555. [www.li-tour.com](http://www.li-tour.com)

## В епицентъра на медиите

Ето например станало ясно, че Реформаторският блок е готов да преглътне Патриотичния фронт с неговите задължителни казарми и ракети "земя-земя", за да не попадне евентуалната бъдеща коалиция в зависимост от ДПС.

Ами дайте конструктивни идеи как да стане коалицията така, че хем тя да е цяла и с развързани ръце, хем Брюксел да е доволен.

Който е майстор в политиката, знае как се решават такива заплетени ситуации. Не е нужно да се прекалява с гневните кресъци, опорните точки, изтърканите лафове и пропагандата. Стигна се дотам, че някои провидяха зад препоръките от Брюксел едва ли не дългата ръка на българското задкулисие. Е, ако не се съобразяваме с Брюксел, с кого - с Путин ли?

Има в цялата ситуация с преговорите за правителство едно ясно нещо - ако политиките са с нагласа за търсене на решение, за строене на мостове, правителство ще има. Ако имат друга нагласа, ще ходим пак на избори.

**Юри Велев, "24 часа"**

В момента, макар и трудно, се търси демократичен консенсус. Въз основа на него може да се формира дясноцентристко правителство на малцинството, което би могло да получи по-широка подкрепа, защото никоя партия - а и

# Формулата на бъдещото управление

страната като цяло няма интерес от нови избори.

Съгласието е трудно нещо. Виждаме как и най-наперените политически лидери са принудени да стискат зъби с риск да счупят някой кътник.

Такива са правилата на демокрацията.

Другата възможност е тоталитарен мир, в който съгласието е предрешено, но пък свободата си е отишла.

И тогава ще изгубим дори и малкото, дето ни е останало днес.

**Тони Николов, портал "Култура"**

На практика ни чака постоянно продължение на следизборните консултации. Сега за Борисов ще бъде важно кабинетът да бъде законодателно активен, което след това безвремие винаги ще бъде повече от нищо.

А колко от програмата на управляващото малцинство, каквото и да е то, ще бъде изпълнено при тази шарена черга, отсега чувам отговора "колко то, толкова".

**Евгени Петров, "Труд"**

При всички положения е по-добре да се състави кабинет с очертано по-не в началото мнозинство, който да се опита да извади горещите кестени (КТБ, дълговото бреме, дефицитите в енергетиката и здравеопазването, зациклилата съдебна система, тежката социална криза), пред вероятността страната да потъне отново в хаос и политически сблъсъци.

В хода на преговорите парламентарните дейци чудодейно се укротиха и започнаха да се държат като възрастни хора, без да подпалват скандали и интриги на всяка крачка. Дори бъдещата опозиция не бърза с шамарите и изчаква спокойно да се сглоби изпълнителната власт. Без излишен оптимизъм следва да се отбележи, че депутатите, изглежда, започват да осъзнават, че или всички ще се вземат заедно в ръце, или вкупом ще полетят в пропастта при задаващата се тотална ликвидация на политическия модел.

**Руслан Йорданов, "Стандарт"**

За ГЕРБ новата формула е правителство на малцинството, съставено от ГЕРБ и Реформаторския блок, плюс подкрепата, но не и включването на други партньори като Патриотичния фронт и евентуално АБВ. За Реформаторския блок формулата си остава създаване на управляващо мнозинство, т.е. за тях формулата "правителство на малцинството" с допълнителна подкрепа все още не е приемлива. Интересното е, че ГЕРБ доста радикално промени своята позиция. Допреди вчера ГЕРБ не просто искаше да сдаде управляващото мнозинство, но не бяха съгласни с позицията на Патриотичния фронт. Сега ГЕРБ категорично не желае участието на Патриотичния фронт, а иска само подкрепата им.

Ако има правителство, то не може да бъде с особено голям хоризонт, когато говорим за правителство с гъвкава парламентарна подкрепа. Ако се преследва някаква стабилна формула, пък макар и за една или две годи-

ни, би следвало да се търси едно по-стабилно мнозинство. Не е задължително това мнозинство да бъде на изключително широка основа. В България е необходимо да се правят ключови неща, много спешни мерки за овладяване на кризата на българската държава, на икономиката, на финансовата система.

**Огнян Минчев, БНР**

Правителство на малцинството би било успешно, ако изпълнява програмата на обществото, а не на мнозинството в парламента. Сред най-важните теми в дневния ред на новото правителство трябва да бъдат казусът с КТБ, държавният бюджет и сектор "Енергетика". Сега очевидно партиите се страхуват от предсрочни избори, страхуват се, че ако не се опитат на решат най-острите проблеми в обществото, могат да бъдат обвинени. Между тези политически сили има много различия, независимо от декларациите за голяма степен на съвпадение в програмите им. Всичко е въпрос на формулираната програма като цели, стъпки, срокове и цена. Кабинет на ГЕРБ и РБ, подкрепен от Патриотичния фронт и АБВ, би бил успешен само при ясна и обоснована програма. Партиите трябва да бъдат в постоянен режим на диалог, а преговорите между тях - да са публични.

**Александър Маринов, Радио "Фокус"**

## ПОСОКИ

### Информация



**Петър ГАЛЕВ**

Отдавна е известно, че полярните явления си приличат. Дълги години живяхме в информационна черна дупка, през която преминаваха само добре струговани комуникети, представящи света и собствения ни живот по начин, угоден на хората в няколко кабинета. Днес информацията ни залива отвсякъде, всичко се говори и пише, няма спирачки за достъп до съзнанието на хората. Но сигурни ли сме, че тя ни дава обективна представа за случващото се? Оказва се, че вакуумът беше заменен от свръхраздут информационен балон. Многотията не доведе до качество, напротив. И последствията са същите - представят ни се факти по-изопачено и от сюрреалистичен роман. Трансформацията на публичното говорене от традиционните медии към интернет и социалните мрежи разруши правилата. Мнозина решиха, че е старомодно, преди да публикуват новина, да я проверят от няколко източника. Това им пречело в борбата с конкуренцията. Щом един пусне бомбата, че например полицията публично е изнасилила на улицата младо момиче, значи всички трябва да го имат в хедлайн, после ще се гледа кой крив, кой прав. Не им и хрумва, че традиционните медии могат да продължат живота си именно чрез спазването на класическите журналистически принципи. А клюките, сплетните и предположенията всеки може да ги види в мрежата. Но нали потребителят изначално е наясно, че там основно царят анонимност и често преднамереност? А в редакциите би трябвало да има алгоритъм за защита на аудиторията от информационната помия. Абе май случаят с полицията не е точно такъв. Нищо, това вече не е интересно, идва следващата бомба. Изборът какво да четете, гледате и слушате е ваш!

## СТОП КАДЪР



„Концерт на свободата“ се проведе пред храм-паметника „Св. Александър Невски“ и ни върна 25 години назад, когато надеждата за по-добро бъдеще преливаше от площадите на страната

Снимки Сергей АНТОНОВ

# Ще се промени ли нещо при нови предсрочни избори?



**Станислав Стоянов,**  
управляващ партньор в  
социологическа агенция  
„Алфа Рисърч“

## Шансът ГЕРБ да има повече места ще нарасне

При очертаните три варианта от Бойко Борисов, от които единият беше за най-близки избори догодина заедно с местните избори, и от това, което се вижда до момента от преговорния процес, имам усещането, че този ще е вариантът, който ще се реализира. Ситуация на местни избори, активността на които е по-висока, особено в по-малките населени места и областни центрове със средна големина, ще изчисти част от малките формации, които сега успяха да влязат в парламента. По-малко вероятно е да видим

отново осем партии. Да не забравяме, че АБВ влязоха благодарение на 220 000 недействителни бюлетини. Това намали активността и свали бариерата. Така че за една или две формации, особено тези, които нямат силни позиции на места - като кметове, като групи в общинските съвети, съчетанието с парламентарни избори ще ни даде парламент с една или две формации по-малко, отколкото са в момента. Тогава шансът ГЕРБ да има повече места ще нарасне. Това зависи и как през следващите 8-9 месеца до избо-

рите ще се позиционира правителството, какво ще бъде то, какво ще свърши. Ако имаме правителство на малцинството за 8-9 месеца, не очаквам то да може да направи ключови реформи и промени. Още по-малко пък тези, които наричаме болезнени. Затова предполагам, че това правителство ще закрепва положението до следващите избори и едва ли ще позволи да се случат някакви драстични промени в нещата, които най-пряко касаят недоволството на хората, каквито са цените на тока например.



**Първан Симеонов,**  
изпълнителен директор на  
„Галъп интернешънъл“

## Възможна е още по-сложна конфигурация

Ако се стигне до скорошни предсрочни парламентарни избори, ситуацията ще бъде трудно предвидима. Нямаме основание да очакваме висока избирателна активност. Възможно е конфигурацията да бъде още по-сложна. Дължни сме да мислим изцяло хипотетично. Възможно е ГЕРБ да излезе пак с най-висок резултат. Но при една по-ниска активност именно ГЕРБ може да е партията, която да пострада доста. БСП и АБВ имат шанс, ако са заедно на едни нови избори, в някакъв коалиционен формат да имат по-висок резултат. В противен случай съдбата на АБВ е неясна, а съдбата на БСП много зависи от това дали партията ще успее да разкаже сюжета, че сега ГЕРБ и ДПС

действат заедно, а пък те са конструктивната опозиция. Що се отнася до другите, правилото е следното: който е показал възходяща тенденция, може да разчита, че при едни нови избори ще продължи тази тенденция нагоре. Но трябва да си даваме сметка, че част от партиите, които дадоха възходяща тенденция - например Реформаторският блок, влязоха в тежка търговия в преговорите за правителство. В този процес на преговори за момента с минимален негатив излиза само Борисов. Той играе една почти митологична сцена, в която се жертва заради нас. Затова не е сигурно, че на едни нови избори Реформаторският блок ще има толкова добър резултат. Ако някой със си-

гурност ще качва в тази ситуация, това могат да бъдат партии от типа на "Атака", които са останали яростна опозиция на случващото се. В подобни политически безизходици се търси новото и радикалното. Едни нови избори не са желана опция от почти никого. Възможно е ГЕРБ да си правят сметката, че някои от по-малките ще изпаднат, някой от по-големите ще има по-лош резултат и също така може да сработи кампания в стил "излезте и гласувайте за ГЕРБ, за да не се пилее гласът ви", както беше през 2009 година.

Цялата ситуация обаче е далече от всякакви правила и затова е трудно за прогноза.



**Юлий Павлов,** Агенция за  
маркетингови и  
социологически проучвания

## Малките партии може би няма да влязат в парламента

Много е вероятно конфигурацията в НС да се промени, защото по-малките партии, които са на ръба на бариерата, като АБВ и "Атака", може би няма да влязат. Освен това те и финансово няма да издържат при една нова кампания. "България без цензура" също е под въпрос. Иначе първите пет политически сили вероятно ще присъстват и в следващото НС, когато и да са изборите. Ако сравним техните резултати с това, което получиха през 2013 година, виждаме, че ГЕРБ и Реформаторският блок повтарят резултатите си. РБ не съществуваше тогава като коалиция, но ако съберем гласовете за отделните партии в него - 300 000 тогава, сега - 290 000 гласа, те практически повтарят своя резултат. ДПС и Патриотичният

фронт бележат ръст, и то сериозен. За Патриотичния фронт логиката е същата - ако съберем гласовете за НФСБ и ВМРО, тогава бяха към 200 000, сега са 240 000, това са политическите сили, които стабилизират резултата си и бележат ръст. За БСП не е ясно какъв ще бъде резултатът, те безспорно ще присъстват в следващия парламент, но дали разпадът ще продължи, или ще бъде овладян, е трудно да се предвиди. Може би за тях има повече смисъл известно време да останат в опозиция, да стабилизират структурите си, да предложат нови хора, защото едни скорошни избори могат да продължат разпада на твърдото ядро от избиратели. Политическите лидери се обединиха около това, че искат 4-годишен мандат.

Друг е въпросът дали при този нестабилен парламент и при липсата на ясно мнозинство това е постижимо. Все пак разумно е да се управлява поне до местните избори догодина. Ако тогава се проведат избори две в едно, парламентарните избори са тези, които ще повлияят активността да бъде по-висока. На парламентарни избори гласуват около 60 процента от живеещите в България избиратели. Докато на местни избори е имало случаи да гласуват и под 3 милиона. Затова смятам, че парламентарните избори ще помогнат активността и участието и в местните да са по-високи.



Илиян ВАСИЛЕВ

**Признавам, че когато прочетох прессъобщението на УС на БНБ за "одитния" доклад, който се ока- за, че не е никак оди- тен и ангажиращ, се стреснах. Виждам, че не съм единственият, защото това е огром- на и немислима за мащабите на нашето мислене сума. Нор- мално и логично много колеги вдигна- ха ръце от тезата за възможното спасява- не чрез реструкту- риране на банката и обявиха фалита като единствен и логичен завършек на нейното съществуване.**

**Н**яма съмнение, че има дупка и че има злоупотреби и из- чезнала "стойност" по кредити, свързани с не- пазарни и небизнес це- ли. Достатъчно е да пог- леднем към черните дупки - проекта "Бар- ков", към медийните ин- вестиции, към вероятни- те версии за кредити- ра- не без "кръчмар" на ви- дни представители на по- литическия елит, съдеб- на система и всякакви други немислими за нормалните банкови практики операции.

Цветан Василев е в ролята на съвременен Фауст, който е посегнал към съюз с Дявола, за да реализира свръхам- бициите си. Те невини са били добри и премерени, но той е възприемал сделката като из- годна. Трудно е бъл- гарска банка да реали- зира значим ръст или да се конкурира със за- падните си конкуренти у нас за достъп до евтин и неограничен паричен ресурс. Българските банки могат да растат в рамките на привлечена- та си депозитна база. Ако искаш повече - пра- виш съюз с Дявола.

Да се върнем на шо- киращата сума от 4,2 милиарда лева - не бе трудно да фиксирам в съобщението на УС на БНБ конкретните сво- бодни интерпретации върху скрития доклад на

# 4,2 милиарда „дупка“ - поредният манипулативен прочит на казуса „КТБ“

"одиторите" и присъс- твието на подчертан пи- ар елемент.

**Търси се ефектът на шо- ковата терапия, на зашеметения читател и зри- тел,**

който да снесе всички възражения срещу дей- ността на БНБ и предла- гания от нея вариант за изход. Посочената сума е толкова голяма, че до- ри най-изпечените бан- кови мошеници ще се затруднят да я открад- нат за времето, в което се подозира, че това е станало. Помислих си, че има нещо гнило, осо- бенно при внушенията, че сумата е "изчезнала" по сметки и джобове и че това е цената на спа- сяване на банката от външен инвеститор.

Цялото поведение на УС на БНБ издава жела- ние да блокира всякак- ви опити за различен от неговия прочит на със- тоянието на КТБ, извън постановката от преди четири месеца, че има огромна дупка от над 3,5 милиарда лева, кое- то задължава БНБ да я обяви в несъстоятел- ност.

Нека се спрем на версията, че над 80% от кредитния портфейл е разпаден на свързани "кухи", както се твърди, дружества. Практиката на дружествата със спе- циална инвестиционна цел е нормална в целия свят. Това, което е не- нормално, без да е про- тивозаконно, е, че те в дадения случай принадлежат на свързани със собственика и управи- теля на банката лица, което е не само конф- ликт на интереси, но поставя банката в невъзможен за управ- ление кредитен риск между едно и също лице - акционер, управител и кредитен получател. Но това още не означава, че кредитите са невъз- връщаеми.

**При проектното финансиране**

основното обезпечение са бъдещите приходи от дейността на тези дру- жества.

Ако нямаше проект- но финансиране, огром-

на част от бизнес про- ектите нямаше да могат да бъдат реализирани. Като правило кредитите с проектно финансира- не са с по-висок риск от кредитите, по които имаме свръхобезпеча- ние с други активи и собственост, но са мно- го по-значими и полез- ни за икономиката, за- щото изискват от банка- та да сподели значител- на част от предприема- ческия риск. Затова и търговските банки у нас не го предпочитат, а се- га БНБ чрез новата ме- тодология го определя като рискова практика. Къде по-лесно е да от- пуснеш кредит при 120% обезпечение с ликвидни активи - тогава кредит- ният инспектор може да управлява кредита от дистанция, без да влиза в подробностите и да разбира тежните на предприемача. Затова от ключово значение за оценка на кредитния риск при проектно фи- нансиране е размерът на дяловия капитал и съотношението с търсе- ния заеман капитал или кредита. Обикновено съотношението соб- ствен/заеман капитал при проектното финан- сиране варира между 30/70 или 40/60, но не са изключение и други схе- ми. Пак при проектното финансиране от ключо- во значение е дълбоко- то навлизане в същина- та на бизнеса, детайл- ният анализ на рискове- те и на възможните не- благоприятни или неба- зисни сценарии. Ето за- що

**на първо място стои доверието в мениджърс- кия екип и спо- собностите му да реализира предна- чертаното**

и да реагира на непред- виденото. За тези, кои- то си мислят, че проек- ното финансиране е но- ва измишльотина, ще препратя към големия български банкер Ата- нас Буров, който е ка- рал кредитните инспек- тори от банката постоя- нно да бъдат близо до земеделеца или про- мишленника, на полето

или в завода, за да сле- дят как вървят нещата от отпуснатите сред- ства. В този смисъл са- мо по себе си това, че кредитите са раздадени при схема на проектно финансиране, няма проблем, особено ако кредитният риск се уп- равлява надлежно и ако прогнозираните прихо- ди от кредитирания биз- нес съвпадат с реални- те.

И тук стигаме до раз- ковничето - как така преди четири месеца тези кредити се обслуж- ват, а сега не се обсл- ужват и се категоризи- рат като лоши или без- надеждни? От няколко десетки милиона те из- веднъж скочиха на мно- го милиарди.

Отговорът сам дойде - сменяте методология- та за оценка и блокира- те достъпа на кредито- получателите до смет- ките им в КТБ.

**За методология- та - тя е дадена от БНБ**

и основните позиции не предполагат равнове- сен анализ на кредити, раздадени за проектно финансиране, тъй като наблягат на свръхобез- печенията с реални ак- тиви, а не с бъдещи при- ходи. В известен смисъл тази методоло- гия наказва отклонения- та на всяка банка като КТБ от нормалните "консервативни" прак- тики на търговски банки у нас, които не желаят да кредитират по-високо- рискови операции чрез инвестиционни кредити и проектно финансира- не.

Ключов момент в от- пускането на кредити по схемата проектно финансиране е, че кре- дитополучателят се задължава да оперира само или преимущест- вено чрез разкрити в същата банка (КТБ) сметки, т.е. огромната част от получателите на тези кредити държат средствата си в тази банката. Това е част от рисковото покритие, ко- гато самата банка сле- ди паричните потоци и може да се осведоми в достатъчно ранен ста- дий за настъпването на проблеми. И тук е

ключът към разкриване- то на схемата на атаку- ващите КТБ - те много добре разбират, че това е слабото звено при схемите за проектно финансиране. Именно **затова им е би- ло нужно да блокират сред- ствата на ком- паниите,**

който са получили фи- нансиране от КТБ, и то за достатъчно дълго време - поне два-три месеца. Още на 20 или 21 юни стана ясно, че чрез натиск на институ- ции извън БНБ е внуше- но на другите банки и на БНБ, че не трябва да се осигурява ликвидна подкрепа на КТБ, за да бъде принудена тя да развее бяло знаме.

По същия начин, по който на КТБ е отказана помощ от БНБ и креди- тираните от нея таргети- рани за атака компании не получават рефинан- сиране от други банки, а сметките им са блоки- рани.

Логично и буквално за месец-два рязко се влошават финансовите показатели на посоче- ните дружества и настъпва удобният мо- мент за правене на мо- ментна снимка от анга- жирани "одитори" на фи- нансовото им състоя- ние и анализ, който да докаже тезата на БНБ. Акцентът е върху "кухи- те" посредници - друже- ствата със специална цел, и "прекъснатата" връзка между кредити и краен ползвател, а кресчендото е умопом- рачителната сума от 4,2 млрд. лева.

**"Одиторите" очаквано изпъл- няват мисията си и "осчетово- дяват" внушени- ето на БНБ,**

дори че такъв финансов кратер е отвъд възмож- ностите и желанието на най-оптимистично на- строения спасител на бан- ката. Всъщност всички интерпретации са изця- ло с източник БНБ - сек- ретният доклад е изпра- тен в прокуратурата. Други нямат достъп.

Завесата пада. Всич- ки са в ужас и фалитът е

неизбежен. Още по-не- избежно според за- мисъла е гласуването на закона за КТБ.

Остават заключител- ните акорди - наливане на държавни пари, за да се неутрализира не- доволството на дребни- те депозанти и някои "свои", които са станали "съпътстваща жертва" на основния удар и кои- то е трябвало да чакат пет месеца, за да стиг- нат до парите си.

И разбира се - фи- налният акорд в схема- та - активите се распро- дават на стойности, да- леч под пазарните. Фа- уст е наказан за непре- мерените си амбиции и за флирта с Дявола. Чрез цесии на кредити се скриват кредитите на "недосегаемите" лица и фирми, които премина- ват в следващата банка, която изпълнява ролята на КТБ. Така получени- те евтини активи от пра- вилните хора като по чу- до възстановяват своя- та предкризисна стой- ност благодарение на кредити от "правилните" банки.

Битката за КТБ е приключила с наказа- ние на собственика и тотално прехвърляне на богатството в ръцете на Кой?

Народът плаща сметката.

*В едно съм сигурен, плашещата сума от 4,2 милиарда при по-гетай- лен бизнес анализ на ак- тивите и на способ- ността им да покриват "дупки" и генерират при- ходи може да се окаже в пъти по-малка и в грани- ците на много повече и разнообразни варианти за действие на българс- ките институции.*

*Вместо да решава спешно закона за КТБ, парламентът трябва незабавно да смени ръ- ководството на УС, за- щото то е замесено в реализацията на горния сценарий и е дестабили- зиращ фактор. Не трябва да се допуска този УС на БНБ да обяви фа- лита на КТБ, преди инс- титуциите да имат ре- алната картина на рис- ковете и опциите по този казус за държава- та и данъкоплатеца.*

На 29 октомври Министерският съвет трябваше да обсъди и да гласува решение по доклад на министъра на транспорта, информационните технологии и съобщенията Николина Ангелкова за безвъзмездно прехвърляне в полза на Община Русе на притежаваните от държавата дялове от капитала на "Летище Русе" ЕООД. Трябваше, защото в последния момент точката за обсъждане на доклада излетя от дневния ред с мотива "липса на време". Но се очаква решението за прехвърлянето на летище Русе на местната община да бъде гласувано на 5 ноември, когато ще се състои навярно последното редовно заседание на кабинета "Близнашки". С това първата 7-годишна част от сагата около аеропорта ще приключи. След което остава да видим колко време ще продължи втората, която ще зависи само от Общинския съвет на Русе.

Бисер ТЕРЗИЕВ

Внесеният от министър Николина Ангелкова в Министерския съвет доклад за предоставяне на "Гражданско летище за обществено ползване - Русе" на общината е резултат от направеното от кмета на общината искане за придобиването му, за което Общинският съвет Русе е дал съгласие с две решения - от 21 юни 2012 г. и от 11 септември 2014 година.

Въпросът, който си задават експертите от Главна дирекция "Гражданска въздухоплавателна администрация" (ГД ГВА) и изобщо авиационните специалисти у нас, е - за какво ѝ е на община Русе летището край с. Щръклево, при положение че на обявление през 2007 г., 2008 г. и 2011 г. от Министерският съвет три процедури за предоставянето му на концесия не се яви нито един кандидат, не бяха подадени никакви оферти и дори не бе засвидетелствана макар и някаква мъглява потенциална заинтересованост от каквито и да било инвеститори. А липсата на интерес за концесия на отдавна прекратилото своята дейност летище Русе вече повече от две десетилетия доказва, че ако то някога е имало някакво, пък било то и регионално транспортно значение, днес може би вече няма и такова. Това - от една страна. От друга, **летище Русе носи само разходи на транспортното министерство,**

което съвсем закономерно и логично иска да се освободи от тях, кое-

то най-после постига, като го прехвърля на общината.

На този фон твърде странни изглеждат изявленията, че Община Русе се готви да възстанови летището край с. Щръклево. В мотивите си за това тя се позовава на местоположението на аеропорта, което безспорно е стратегическо за комбинирането на четирите вида транспорт - железопътен, автомобилен, воден и въздушен. Целта на Община Русе е след придобиване на собственост върху летището да възстанови дейността му, като за целта достигне изискваните от Закона за гражданско въздухоплаване и съответните наредби нива на обслужване. След това да привлече достатъчно голям летищен трафик, с чиито приходи то да се самоиздържа, като развие различни производствени и търговски дейности в района на летище Русе.

Идеята не е никак лоша. Явно Община Русе се е поучила от опита на летище София, край което за десетина години се издигна цял град от стоици логистични, търговски и всякакви други фирми, свързани пряко или косвено с въздушния транспорт. За целта **Община Русе смята да инвестира, сама и в съдружие с частен инвеститор,** в модернизация на летищната инфраструктура и на системите за охрана и безопасност, за да превърне аеропорта в модерен транспортно-логистичен и високотехнологичен център за всички видове транспорт.

Летище Русе предлага всички предпоставки

за това. То е разположено на 17 км югоизточно от Русе, в околностите на с. Щръклево и е част от бивше военное летище за учебни полети. Бетонната му писта е дълга 2500 м и е в добро състояние, както и пътническият терминал. Оператор на аеропорта е все още държавното дружество "Летище Русе" ЕООД. Капиталът му е само 6510 лв., разпределен в 651 дял от по 10 лева. Дружеството не развива стопанска дейност и няма приходи, а към 31 декември 2013 г. имаше 9 хил. лв. текущи задължения.

Според местната власт летище Русе има сериозен шанс да възстанови дейността си. Основанията за това твърдение са, че в края на 2013 г. пропаднала идеята за изграждане на летище край гюргевското село Адунаци-Копачени. Собственикът на нискотарифна румънска авиокомпания и инициатор на проекта обявил фалит, с което била изчезнала и евентуалната конкуренция на летище Русе. Това, което прави възстановяването на дейността на летище Русе съмнително, обаче е фактът, че

**в радиус от 200 км, които за авиацията са нищо, функционират 3 международни летища -**

във Варна, Горна Оряховица, и разбира се - "Отопени" край Букурещ, което отстои на около 70 километра от града Русе. Затова според авиационни експерти летище Русе има шанс да възстанови дейността си само като резервно на "Отопени" или като обслужване на круизния туризъм по река Дунав. В подкрепа на оценката им

може да се посочи фактът, че международното летище Горна Оряховица, което отстои само на около 80 км от Русе и е в близост до сравнително големи центрове на индустрията, селското стопанство и туризма, каквито безспорно са Велико Търново, Плевен и Ловеч, едва съществува, като се самоиздържа с обслужването на десетина полета годишно. Така че с очакваното решение на кабинета държавата ще се отърве от разходите за охрана и поддържане на летище Русе, като го предостави на общината да си блъска с него главата.

**В подобно положение се намира и другото малко летище край голям град у нас - Стара Загора.**

Неотдавна на среща със служебния министър на транспорта Николина Ангелкова посланиците на Южна Корея, Индонезия и други азиатски страни заявиха интерес за създаването на логистичен парк за карго превози от Азия за Европа през летище Ст. Загора. Лично посланикът на Индонезия посети кмета на Стара Загора, за да заяви интереса на бизнеса в голямата страна към местното летище. Проблемът, както и с летище Русе, е, че и аеропортът край старозагорския кв. "Кольо Ганчево" е затворен от две десетилетия и се нуждае от много инвестиции, за да започне отново да функционира. И въпреки наистина благоприятното му местоположение в центъра на България и в непосредствена близост до голям град и магистрала "Тракия" все още никой не е заявил реален инвеститорски интерес за

възстановяването му. Летище Стара Загора е благоприятно и от метеорологична гледна точка, тъй като мъгли не падат често в региона. В плановете на Община Стара Загора за новия програмен период до 2020 г. е да превърне летището в голям логистичен и индустриален експо център. И сега в района на летището продължава да се провежда най-голямото традиционно изложение на селскостопанска техника в България - "БАТА Agro".

**Планираната инвестиция е от порядъка на 340 млн. лева за проекти,**

обособени в 8 групи в района на кв. "Кольо Ганчево". Най-голямата инвестиция, разбира се - от над 100 млн. лв., е планирана за логистичен център за международни карго превози на летище Стара Загора. Всичко това обаче засега си остава само в сферата на далечните и грандиозни планове. И тук, разбира се, основният проблем е близостта на Стара Загора до международното летище Пловдив, което въпреки голямата инвестиция за модернизация не успява да привлече полети и съществува най-вече благодарение на приходите от такси за обслужване на самолети, които кацат там по време на традиционните за летище София гъсти зимни и пролетни мъгли.

Без лъч инвестиционна светлинка вече 15 години остава и бившето летище Търговище. То беше закрито за полети в началото на 1998 г., а от 10 ноември 1999 г. - и изобщо като летище. Малко по-рано то беше продадено за 480 хил. лв. на фирмата "Летище Търговище 2009", собстве-

ност на 20-годишния тогава Иво Петров. Почти веднага след идването си на власт кабинетът "Борисов" разтрогна сделката с мотива "ниска цена" и летище Търговище си остана в капитала на държавното дружество "Летище Пловдив".

**Като "пладнешки грабеж" определи бившият премиер Бойко Борисов и продажбата на летище Силистра,**

което беше закрито от 6 декември 1999 година. Навремето Борисов дори директно обвини силистренци, че докато кабинетът на ГЕРБ градял магистрали и други пътища у нас, те си продали летището на безценица. Така или иначе летището край с. Полковник Ламбриново завинаги ще си остане само един спомен от недалечното минало.

Същото се отнася и за летище Видин край с. Иново, което обслужваше вътрешни полети със самолети Ан-24 от 1973 до 1991 г. от и до София целогодишно и до Варна и Бургас сезонно. Пистата му е полуразрушена и е твърде къса за обслужването на съвременните реактивни самолети - само 2080, в не по-добро състояние е и сградният му фонд. И то, както и последното бивше летище - Кърджали, на изхода към Момчилград, което навремето посрещаше хеликоптерите Ми-8 с по няколко "важни клечки" от София, наистина ще си останат само спомен от миналото. И за възстановяването им ще въздишат и говорят все по-малко белококси глави, които нищо старо не са забравили и нищо ново не са научили.



Цветан Симеонов е председател на Българската търговско-промишлена палата, ръководи Бюрото на GS1 - България. Завършил е право в Софийския университет "Св. Климент Охридски". Има две следдипломни квалификации - по гражданско право и по трудово право и социални отношения (от международния център на Международната организация на труда в Торино). Владее английски, руски и испански език. Дни преди конституирането на

новия парламент синдикалните и работодателските организации в България излязоха с общ документ - обръщение към народните представители и бъдещото правителство. То съдържа тревожни изводи за цялостната икономическа и социална среда в страната, както и категорични препоръки и искания по посока към промяна на негативните тенденции. Обръщението е конкретният повод да зададем въпросите си към председателя на БТПП.



# Политиците често неглижират предложенията на бизнеса

● С Цветан Симеонов разговаря Галина Спасова

**Г-н Симеонов, какви са фактите, даващи основание да констатираме отключването през последните години на многобройни негативни ефекти върху финансите, икономиката и социалните системи?**

- Причината е недобратата работа на администрацията, която не винаги изпълнява своите задължения. Тя или отлага решаването на въпросите, или предлага временни решения, които не водят до подобряване на настоящата ситуация. Това допринася за негативни ефекти върху финансите, икономиката и социалните системи.

Друга причина е и дългогодишното натрупване на нерешени въпроси в различните сфери и по-точно в неефективен социален диалог на всички нива - и национално, и регионално, на ниво отрасъл и предприятие, в нереструктурираните пенсионна и здравна система и др.

Дори и когато на администрацията се предлагат готови оптимизирани решения, тя в много случаи ги пренебрегва. Пример за това е изготвеното еднодушно от всички социални партньори Обръщение към политическите сили и провежданите по този повод дискусии в Националния съвет за тристранно сътрудничество. От служебното правителство нямаше никаква ответна реакция.

Напротив, бе внесен

в непроменен вид проектът за изменение на бюджета в Народното събрание. Не бе даден отговор на нито един от важните за бизнеса въпроси. Не бе спомената дори и дума за икономии от страна на администрацията, и то в момент, в който и гражданите, и фирмите полагат огромни усилия да се задържат на пазара с много лишения. Това като че ли не засяга служебното правителство и политиците.

В една нормална демократична държава съгласуваните предложения на социалните партньори директно са прилагани за изпълнение в сферата на икономиката, а българските политици в много случаи неглижират предложенията на бизнеса.

Продължават да се "наливат" средства в не-реформирани сектори, въпреки че би следвало в една пазарна икономика всеки, който иска да получи някакви средства от държавния бюджет (вкл. държавните институции), да е длъжен да информира данъкоплатците какво точно възнамерява да усъвършенства в своята дейност при изпълнение на задълженията си за по-добро и по-качествено обслужване.

Негативни ефекти върху финансите, икономиката и социалните системи оказва и една друга сериозна причина, предизвикваща нестабилност в икономиката, а именно - честата смяна на нормативните актове, което възпре-

пятства така желаното развитие и създава несигурна макроикономическа среда. Многократно БТПП е настоявала за извършването на анализ на ефекта на въздействието на тези промени в нормативните актове.

**В една нормална демократична държава съгласуваните предложения на социалните партньори директно са прилагани за изпълнение в сферата на икономиката**

**- Очакват ли лидерите, от които зависи да бъдат структурирани дългосрочно ефективни политики във всички обществени сфери, да възприемат общото становище на синдикати и работодатели като незаобиколим фактор?**

- Отговорът се съдържа в самия въпрос. Тяснопартийните интереси и неспособността на политическите партии да формулират приемливи за тях и за обществото задачи в краткосрочен и дългосрочен план би трябвало да ни подсказва, че трябва да се вземат под внимание и приложат постигнатите консен-

сусни решения от социалните партньори.

Социалният диалог трябва да се издигне на по-качествено ниво - в трудовоправните отношения не се провежда прозрачно - например определянето по административен път на минималната работна заплата или на ръста на минималните осигурителни прагове, както и стремежа да се разпрострат административно колективните трудови договори без анализ на състоянието на всички фирми в съответния бранш и др.

По същия начин трябва да се подходи и по формирането на енергийната, на пенсионната и на здравната политика.

**- Акцентируйте върху най-важните, базисни искания в обръщението и тяхната аргументация.**

- В Обръщението на национално представените работодателски организации са заложили основните искания:

❖ Правителството да провежда устойчива политика при стриктно спазване на валутния борд, бюджетен дефицит до 3% от БВП, макар че най-здравословното за икономиката ни решение е нулев бюджетен дефицит, както биха желали членовете на БТПП. Също така БТПП настоява и за намаляване на преразпределителната роля на държавата до 35% от БВП.

❖ Новоизбраното правителство да подготви мерки за гаранти-

ране на банковата система, да се разработят превантивни мерки за гарантиране на енергийната сигурност.

❖ Да се работи за устойчива бизнес среда и икономическо развитие.

❖ Разработване на механизми за намаляване на административния натиск върху стопанската дейност и гарантиране на равнопоставеност на пазарните субекти.

❖ Възраждане на индустрията.

❖ Приемане на нова енергийна стратегия и реструктуриране на енергийния сектор.

**- Какви бяха препъникамъните в диалога ви с властта през последните години, също и точките на сближаване?**

- Не се осъществи намаляване на административния натиск върху стопанската дейност и гарантиране на равнопоставеност на пазарните субекти (пример за това е неспазване на сроковете за възстановяване на сумите по ДДС, както и неразплащане с фирмите по договори с прието изпълнение, което е и скрито кредитиране на бюджета със средства на фирмите); отговорността на фирмите "по веригата" при осъществяването на ревизии; неопределяне на таксите на разходопокривен принцип; определяне на цените на енергоснабдителите без аргументация за техните величини и др. Все още не са гарантирани прозрачност и опростяване на процедурите по възлагане на обществени поръчки и др.

**- Как виждате забавните мерки за развитие на стабилен пазар на труда и преодоляването на феномена висока безработица при недостиг на квалифицирана работна сила?**

- Развитието на стабилен пазар на труда

трябва да започне с реформа на образователната система и постигане на обрат в решаването на демографските и културно-етническите проблеми. Разширяване на обучението чрез работа, обвързване на образователните с професионалните стандарти, осигуряване и развитие на квалифицирана работна сила с необходимите компетенции и практически умения. Необходими са осезаеми промени в образователния и трудовия статус на групите в неравностойно положение. И още - преориентиране на демографската политика от помощи към социални инвестиции в новите поколения.

**- На какво специално държите в областта на социалната сигурност?**

- Да се преустанови практиката всяко едно правителство, в т.ч. и служебните да изготвят програми за електронно правителство, които след това не изпълняват. Вниманието трябва да бъде насочено към прагматични действия за повишаване на ефективността в работата на държавните институции и на доверието в тях, към повишаване ролята на тристранното сътрудничество и най-задълбочено разглеждане на предложенията на социалните партньори, особено по теми, по които има постигнат консенсус. Задълбочено да се анализират и мотивират действията на правителството в случаите, когато са несъобразени с решенията на НСТС. Да се възприеме моделът на трипартийно управление на всички институции и фондове, свързани с индустриалните отношения. Да се реформират и стабилизират системите за социална сигурност - здравеопазване, обществено осигуряване и социално подпомагане.



# Ще върнем доверието на българите към родното производство

**Г-н Грозданов, кои са най-належащите промени, които браншът очаква от новото правителство?**

- Всички сме недоволни от това, което се случи през 2013-2014 г., от начина, по който беше направен бюджетът. Още в началото стана ясно, че приходната му част е напълно неадекватна, което предполагаше неизпълнение на този бюджет. Това обаче не означава, че нещо фатално се е случило с главния финансов документ за 2014 г. По-важно е от тук нататък какво ще се случи. Притесни ни предложението на служебното правителство, което предвиждаше превишаване на бюджетния дефицит над препоръчаните от ЕС 3%. Така че първото нещо, което очакваме от новото правителство, е актуализация на бюджета, но в рамките на поставения дефицит от 3%.

Второ, при изготвянето на бюджета за следващата година трябва да има фокус върху определени програми, които да подпомагат бизнеса. Финансовият документ трябва да е програмен. След 1989 г. българите доста се страхуват от думи като "програмен" или "планиране", но всички държави в крайна сметка планират дейността си и гледат не мандатно, а в перспектива. Необходимо е индустриализация, но не по начина, по който много хора си представят - наливане на държавни пари във фалирали частни предприятия. Държавата трябва да стимулира развитието на преработвателната промиш-

## С Пламен Грозданов, изпълнителен директор на Съюз "Произведено в България", разговаря Мирослава Кирилова

леност, производството и въобще износа на стоки с по-голяма добавена стойност. Това е ключът.

**- Какви са проблемите при износа на български стоки?**

- Най-големият проблем е, че по-голямата част от износа ни е с ниска добавена стойност. Ние изнасяме основно суровини. Другият препъникамък при износа на суровини е, че там не се създават работни места, а печалбата от експорта се разпределя между много малък кръг от хора. Вярно е, че от 2008 г. на сам експортът ни е скочил с 25%, обаче структурата на износа ни е много лоша. Оттам идват и проблемите. Ще ви дам пример - България произвежда около 1,3 млн. т слънчоглед, а у нас се преработват едва 250 000 т, останалото се изнася. В Украйна, която е разтърсена от вътрешнополитическа криза, се произвеждат 7 млн. т слънчоглед, изнасят се 200 000 т, всичко останало се преработва в страната. Ето защо ние до голяма степен сме се превърнали в суровинен придатък. Държавата трябва да стимулира производителите да се обединяват и кооперират, което ще им даде преимущества от гледна точка на снижаване на разходите и по-широк достъп до вътрешни и външни контрагенти.

Друга изключително тежка и сериозна задача пред новото правителство е да проведе и сериозна реформа в системата на енергетиката. Тя е необходима на всички. Малкият и средният бизнес трябва да имат достъп до енергийния пазар и да имат право на избор на доставчик.

**- Притеснени ли са българските производители, че доставките на газ от Русия могат да спрат и кризата от 2009 г. да се повтори? Все пак България разчита на 90% от потреблението си на синьо гориво от "Газпром"?**

- От пет години на нас само приказваме, пишем планове, правим съвещания, но нищо реално не се случва за добиването на поне малък дял енергийна независимост. Няма нито една изградена интерконекторна връзка оттогава. Въобще не знам дали тази политика на бездействието е целенасочена, или по-скоро сме мързеливи. Сам за себе си не мога да си дам отговор.

**- Много се заговори за цената на санкциите срещу Русия, които държавата ни предприе като страна - членка на ЕС. Съпричастността ни към кризата в Украйна отрази ли се много негативно върху българския производител?**

- Нашият износ на стоки за Русия, попадна под ембарго, е

пренебрежимо малък. Проблемът идва оттам, че в Европа се натрупали големи запаси, които бяха предназначени за големия руски пазар. Първата алтернатива, където тези стоки може да се реализират, е в рамките на ЕС. Европейските продукти обаче са произведени при значително по-добри условия - повече техника, по-големи субсидии и ред други помощи от страна на държавата. Така чуждестранните производители (например Полша, Чехия, Германия и т.н.) могат да си позволят да реализират продукцията си на много по-ниски цени и подбиват нашите.

Ще ви дам един пример с жълтите сирена. Там ситуацията е страшна, защото удря директно българските производители. Нашите млекопроизводители и преработватели не могат да издържат на такава силна конкуренция, при положение че 1 килограм жълто сирене се продава за 5-6 лв., а технологично и икономически е невъзможно килограм български кашкавал с истинско мляко да излезе под 9-10 лв.

Разбира се, компаниите, инвестирали средства, хора и време на руския пазар, също са ударени. Имаме няколко фирми - членове на съюза, които и с наша помощ през последните две години работеха усилено, за да пробият на руския пазар. И успяха. Тръгнаха поръчките, но изведнъж дойде политиката на налагане на санкции срещу Москва и това директно удари бизнеса им. Разбира се, изчакват с надежда, че ембаргото ще падне, но Русия не стои

безучастна, а производството ѝ рязко скочи и търси заместители от страни извън ЕС. Активизираха се и азиатските, и латиноамериканските пазари. Не бива да забравяме и Турция, чийто оборот с Русия стигна 35 млрд. долара. Сърбия и Македония също предлагат сходни на нашите продукти. Белград освен това работи на руския пазар на преференциални условия и практически няма мита за сръбските стоки. Положителното е, че списъкът от забранени стоки не включва българските вина, които се реализират чудесно в Русия, както и фармацевтичните продукти, чийто износ достига 150 млн. лева.

**- Какви са другите основни проблеми пред българските производители?**

- Те са притиснати и от политиките на големите търговски вериги. Изкуствено се намаляват цени на продукти "в акция" и за да издържат на натиска за по-ниска доставна цена, производителите правят компромис с по-некачествени суровини. За да бъде подпомогнат малкият бизнес, регулациите върху него трябва да спаднат драстично. Не може семейна фирма от двама-трима души да подготвя същите отчети, справки и документация като компания с над 100 служители. Времето и усилията, необходими на малката фирма, ще представляват за нея много по-голяма тежест. Да не говорим за безкрайното ходене по институции и ведомства. При обществените поръчки също трябва да има регулация - чрез стандартизация и пре-

минаване от традиционното към електронното подаване на документи. Трябва сериозна административна реформа. Защото в Холандия, която е доста близка до нас по размер на територия и капацитет, работят 35 хил. чиновници, у нас са 120 000 души.

**- Можете ли да посочите сектори, които са пример за успешно развитие дори по време на криза?**

- Безспорно такъв е секторът на IT индустрията, който се развива доста самостоятелно и благодарение на това, че пазарът му е насочен към чуждестранни клиенти. В сферата на информационните технологии като цяло сме изключително успешни. Топ новина от миналата седмица е продажбата на софтуерна българска компания за невиджаните за наша независима фирма 262,5 млн. долара. Истината е, че на европейския пазар има излишък от заемни средства. Проблемът е, че нашите предприятия са силно декапитализирани и трудността при взимането на заемни средства се дължи на дисбаланса с капитала. Държавата трябва да се опита чрез различни фондове да вдигне капитализацията на нашите фирми, за да могат да поемат евтин външен ресурс и да започнат да се развиват.

**- Могат ли българите чрез избора си на родни стоки да стимулират и подпомогнат производството?**

- Прави силно впечатление напоследък, че много от производителите залагат на рекламата, в която се наляга на българското, че продуктът се прави с родни суровини по нашите земи за българската трапеза. Благодарение и на нашите усилия се създаде една положителна обществена нагласа към българското производство, което се наложи с качеството си и се поде от търговските вериги. Инициативата ни за спечелването на доверието на потребителите към родните стоки привлича и медиите. Започнахме много хубава кампания с БНТ2: "Купете българско", която освен сирена ще включва хляб, месни произведения, мляко и т.н.

# Бъдещето е в малките модулни реактори

● С Йордан Йорданов, бивш изпълнителен директор на АЕЦ „Козлодуй“, разговаря Бисер Терзиев



**Г-н Йорданов, покрай темата за изграждането на VII блок на площадката на АЕЦ „Козлодуй“ по технологията на „Уестингхаус“ възникнаха и въпроси около отработилото ядрено гориво (ОЯГ). Имат ли проблем АЕЦ и България с него?**

- Проблемът на всяка АЕЦ по света, като оставим въпросите за надеждност, безопасност, сигурност, цена на електроенергията и т.н., е, че произвежда радиоактивни отпадъци (РАО), които са три вида - ниско-, средно- и високорадиоактивни, като към последните спада и ОЯГ. Проблемът с нискоактивните отпадъци е решен - това са работни облекла, парцали и пр. - те се пресоват и се циментират в контейнери. Въпросът със средноактивните също е решен - това са основно смоли, с които се почистват радиоактивните води - тези смоли също се преработват, циментират се и се поставят в контейнери, като у нас вече започва строителството на Национално хранилище в Козлодуй - местността Региана, където тези ниско- и средноактивни отпадъци ще бъдат съхранявани. Остава проблемът с високоактивните отпадъци, т.е. - с ОЯГ. Съгласно договорки от миналото те се връщат за преработка и съхранение в Русия. Сега обаче, съгласно Стратегията за управление на ОЯГ и на РАО до 2030 г., вече съществува и втори вариант - да не се връщат, а

да се съхраняват в специални хранилища у нас.

**- Какви хранилища и къде?**

- Първо, ОЯГ, като се извади, се съхранява от 3 до 5 години в специални басейни под вода до самите реактори. След като спадне тяхната радиоактивност и температура, те се преместват във второ хранилище - за буферно мокро съхранение, общо за цялата централа, в което ОЯГ се съхранява още 10 години. Едва след това отработилото гориво се премества в третото хранилище - вече за сухо съхранение в контейнери, което също е вече изградено и в което ОЯГ ще се събира и съхранява 100 години. След като активността му спадне достатъчно, то ще се премести за съхранение в специални геологически формации, на стотици метри дълбочина в земята. Има разработки, правени от БАН, за съхраняване на ОЯГ в такива формации, но засега България няма такова изградено хранилище.

**- А защо трябва да се съхранява у нас, а не да се връща в Русия?**

- Защото ОЯГ е суровина и трябва да спрем да го връщаме на Русия. Тази година АЕЦ не е транспортирала ОЯГ към Русия, но не защото иска да запази горивото, а по финансови причини, тъй като един транспорт струва около 50 млн. евро. Според мене обаче България по принцип трябва да спре да връща отработилото гориво, за да се използва то от бъдещите поколения като гориво за следващата модификация малки модулни реактори (ММР), които имат свойството да използват, да доизгарят дялящите се материали в ОЯГ - плутоний-239 и уран-235, с което още повече намаляват неговата радиоактивност, или един вид - тези ММР се явяват нещо като утилизация за отра-

ботилото ядрено гориво от големите АЕЦ.

**- Не трябва ли ОЯГ да се преработи преди това, да се извлекат плутоният и уранът?**

- Вече съществуват и такива ММР, примерно японски, разработка на „Хитачи“, в които директно могат да се използват касетите с ОЯГ от АЕЦ - от едната страна се вкарват касетите ОЯГ, а от другата страна излизат ниско- и средноактивни отпадъци.

**- И вместо да се съхранява в хранилища за спадане на неговата температура и активност, ОЯГ ще продължава да произвежда ток, но вече в ММР, така ли?**

- Да. При работата си в конвенционалните АЕЦ уран-235 бомбардира уран-238 и в резултат се получава новият, изкуствен елемент плутоний-239. Така фактически реакторът, докато произвежда ток, произвежда и плутоний, който ще е горивото на бъдещето, горивото за ММР. Един от малките реактори на АЕЦ „Козлодуй“ - ВВЕР-440, за 3-годишната си горивна кампания произвеждаше около 600 кг плутоний-239, а ние сме чували, че 20 кг са били достатъчни за направата на бомбата, хвърлена над Хиросима. Друг е въпросът, че тези 600 кг не могат да бъдат напълно извадени и използвани, а около два пъти по-малко. Все пак обаче става дума за плутоний, за горивото на бъдещето. А сега двата работещи реактора на АЕЦ „Козлодуй“, тип ВВЕР-1000, произвеждат около два пъти повече плутоний. И вместо да връщаме ОЯГ на Русия заедно с натрупания в него плутоний-239, който така или иначе ние сме си платили и поради това си е наш, по-добре е да си го съхраняваме тук, докато дойде време да закупим ММР и да го използваме като гориво за тях.

**- Добре де, ние ще си съхраняваме тук ОЯГ, но после какво ще го правим? Имаме ли право да го преработваме и извличаме сами плутония от него?**

- Не, нямаме право, тъй като не сме ядрена държава. Нямаме право дори да разрязваме касетите с отработилото гориво. Имаме право само да ги съхраняваме, и то под контрола на Международната агенция за атомна енергия. Но можем да се договорим с някоя от ядрените държави да й го предоставим, както се казва, на ишлеме, за да извлече тя плутония и да ни го върне под формата на ново ядрено гориво, за което да си платим, разбира се. Но така ще платим за преработката, а не за самия плутоний, което означава цена от съвсем друг порядък. В годините на Студената война се твърдеше, че един грам плутоний струва около 11 хил. долара - разбирате за какви огромни суми става въпрос, нали?

**- Какво представляват тези ММР?**

- ММР са разработени специално за военни цели - за работа в подводния и надводния флот - атомни подводници (с 3 реактора), самолетноносачи (американските имат по 8 ММР), за ледоразбивачи, както и за космическите кораби, за секретни военни обекти и пр. В тези военни обекти ММР не се презареждат, те са капсуловани с горивото. На 5, 7 или дори на 10 години се сменя целият реактор, без да се вади горивото от него, по начина, по който днес сменяме батериите на транзистора или на дистанционното.

**- С каква мощност са ММР?**

- Различна - като се започне от 10-15 и се стигне до 100 МВт. Характерно за космическите ММР, например за серията „Космос“, е, че те нямат биозащита,



тъй като не се нуждаят от нея - в тези кораби няма космонавти. Бъдещето на енергетиката е в развитието на ММР и те ще навлизат все по-широко в цивилния живот.

**- Използват ли се вече някъде за граждански проекти?**

- Засега във водещите ядрени държави - Русия, САЩ, Китай. Само в България по темата целенасочено се мълчи, тук по нея е пълна тъмница, тук никой не иска да слуша ма ММР, а само за големи, 1000-мегаватови реактори и многомилиардни проекти. Така че ние изоставаме много от света. А румънците например сериозно напредват в съвместните разработки. Има две програми - една европейска и една американска. Европейската се развива от 2000 г. насам под егидата на МААЕ, но България не фигурира изобщо в нея. Американската програма е „G4“, което означава „четвърто поколение ядрени реактори“. А петото поколение ще са тези, от които ще излизат само две жици. Има ги и сега, но са свръхсекретни - в тях протича химическа реакция, която произвежда ток, нещо като галваничните батерии, които използваме вече повече от век.

**- Вие от колко години разпространявате идеята за внедряване на ММР у нас? Нали активно заставахте зад изграждането на VII и VIII блок в „Козлодуй“?**

- От три години - активно, на семинари,

чрез изнасяне на доклади, лекции и т.н. Дори с адаша Йордан Янков подготвихме и издадохме една книга - „Бъдещето на ядрената енергетика. Малки модулни реактори“, която ще бъде представена официално пред обществеността в средата на ноември. Преди това наистина много говорех, че е необходимо да изградим VII и VIII блок на площадката на АЕЦ „Козлодуй“, но имах предвид да използваме оборудването за АЕЦ „Белене“. Вече се говори за изграждане на американски реактор в АЕЦ „Козлодуй“. Няма нищо лошо в Козлодуй да се построят два реактора като заместващи мощности на V и VI блок, които вероятно ще излязат от експлоатация през 2027-2029 г. Няма нищо лошо и тези два нови реактора да са по американска технология, напротив, тя е доказано много добра. Проблемът е, че това е нова технология за нас като държава, поради което тя ще изисква нов персонал, ново обучение - всичко ново, а това означава и много време, и много пари. Но ние имаме нужда от изграждане на два нови ядрени реактора като базови мощности. Кое-то, разбира се, не пречи да започнем активно да работим и по внедряването на ММР като балансиращи мощности, включително и на изградените соларни и ветрогенераторни центри. Защото малките модулни реактори са бъдещето на енергетиката в света.

Мирослава  
КИРИЛОВА

Над 20 000 предприемачи вече са получили заеми и гаранции на обща стойност 182 млн. евро в рамките на Европейския механизъм за микрофинансиране "Прогрес", сочат данни от най-новия доклад на Европейската комisia. Иницилирана през 2010 г., програмата дава шанс на хора с бизнес идеи, които обаче нямат средства да ги реализират, и подкрепя представители на групи в неравностойно положение да се върнат на работа и да се интегрират в обществото. 60% от получателите на микрофинансиране в момента на кандидатстване са били безработни или неактивни лица, се казва в доклада на ЕК, 36% са жени, а 5,9% са на възраст под 25 години. България и Франция са сред страните отличници при предоставяне на финансова помощ на представители на малцинства, като например на ромските общности.

„Финансовият механизъм се оказва изключително успешен за микропредприятията, включително и за стартиращи бизнеси в България. Само чрез нашето дружество са отпуснати близо 3 млн. евро под формата на около 200 заема на 173 бенефициенти. Създадени са 215 нови работни места. Имаме успешни примери с финансовата подкрепа на представители на ромската общност. Наш клиент например с парите от "Прогрес" си закупи стадо животни, за да произвежда мляко и месо. Друг реши да инвестира в търговски обект за дървен материал" - обясни пред в. "Животът днес" Костадин Мунев, изпълните-



## Европейска програма дава шанс на безработните

лен директор на Микрофинансиращата институция "ДЖОБС", която е в групата на Българска банка за развитие.

Едно от големите предимства на европейския инструмент за финансиране с таван от 25 000 евро е, че предоставя възможност за кредитиране на хора, които иначе изпитват затруднение да изтеглят конвенционален банков заем. Сред бенефициентите на програмата са младежи, възрастни хора и мигранти. Финансово подпомагане получават и

стартиращи бизнеси, които изграждат основата си благодарение на "Прогрес". На европейско равнище

**селското стопанство и търговията остават двата сектора, получаващи най-голяма помощ**

по механизма - повече от половината от всички подпомогнати предприятия са от тези сектори.

"И България се вписва в общоевропейската

рамка в това отношение. 37% от получателите на микрофинансиране са инвестирали средствата в селското стопанство, 20% - в сферата на транспорта, и 7% - в търговията", коментира Костадин Мунев. Според него програмата е предоставила чудесен шанс на много млади предприемачи да реализират идеите си и така да се отворят нови работни места. Благодарение на широката си национална мрежа от посредници и собствени офиси на Микрофинансираща

институция "ДЖОБС" дружеството е осигурило достъп до финансиране на микро- и малки предприятия, на земеделски производители, на самонаети лица, занаятчии и др., които развиват или стартират бизнес на територията на страната.

**Друга небанкова институция, която работи по "Прогрес" в България, е "Микрофонд".**

Страната ни е сред 18-те държави - членки на ЕС, които се възползват от финансовия механизъм благодарение на мрежа от 40 доставчици на микрокредити, базирани в Белгия, България, Дания, Ирландия, Гърция, Испания, Франция, Италия, Кипър, Литва, Нидерландия, Австрия, Полша, Португалия, Румъния, Словения, Словакия и Обединеното кралство. Подписани са и два договора в Хърватия и Швеция за програмния период 2014-2016 г.

"Събирането на средствата, нужни за създаването на ново предприятие, може да затрудни безработни, млади хора и представители на малцинствата, но малки заеми като предоставяните от "Прогрес" могат да се окажат от голямо значение за бъдещи предприемачи, които иначе може би никога не биха могли да дадат израз на творческия си потенциал", заяви еврокомисарят по заетостта, социалните въпроси и приобщаването Ласло Андор. Въпреки че има над 2000 отхвърлени молби за финансиране,

Андор е категоричен, че програмата е успешна от гледна точка на преодоляването на недостига на микрофинансиране в общността, което се оценява на 2,7 млрд. евро.

Според някои критици на "Прогрес" таванът от 25 000 евро е твърде нисък за полагане на основата на успешен бизнес. "Истината е, че 29 000 лв. бе средната стойност на исканите заеми. Малка част от бенефициентите са кандидатствали за тавана на финансиране по програмата", обобща Костадин Мунев.

**Желаещият да кандидатства за микрофинансиране първо трябва да потърси информация**

дали в неговото населено място има организации - доставчици на микрокредити, които работят с този механизъм. Втората стъпка е кандидатът да се насочи към подходящ доставчик (банка или небанкова институция), където да представи предложението си. Ако идеята се одобри, кандидатът сключва договор с доставчика. В споразумението се определя размерът на кредита, неговият срок и лихвеният процент, при който се отпуска. Кандидатът може да ползва и отстъпка от лихвения процент по линия на Европейския инвестиционен фонд.

Механизмът за микрофинансиране "Прогрес" ще работи до 2016 г. През новата многогодишна финансова рамка се предвижда увеличаване на средствата по механизма до около 500 млн. евро. Това е доказателство за успешния старт на инициативата и важната роля, която има тя за създаването на нови работни места в европейските микропредприятия (по-малко от десет служители), посочват от Брюксел. След това ЕС може да използва оставащите средства за микрофинансиране и подкрепа за социалното предприемачество в рамките на Европейската програма за заетост и социални иновации. Общият ѝ бюджет за 2014-2020 г. е 919 млн. евро по цени от 2013 г., като от тях над 193 млн. евро са предназначени за финансиране на микро- и малки предприятия и за социално предприемачество.

**Нараства броят на младите хора в страната, които не могат да се реализират на трудовия пазар. Това сочат данни за младежката безработица от Агенцията по заетостта. Над 59 000 младежи до 29 години са регистрирани като безработни в бюрата по труда за месец септември, което е с 2300 души повече спрямо август.**

**По този начин младежката безработица в България достига 17,2%, което я нарежда сред първите държавите в Европейския съюз с най-много безработни млади хора.**

**Над 3% от БВП, или около 1 млрд. лв. годишно са загубите на България от младежите, които нито учат, нито работят, нито търсят работа, сочат данни на бизнес организациите. Най-тревожно е положението при токущо завършилите университети младежи, които не могат да се реализират по специалността си на пазара у нас и търсят работа в чужбина сред по-неквалифицирани професии.**

**Друг проблем за огромния брой безработни младежи е културата на търсене на работа - на първо място те се обръ-**

**щат към роднини и приятели. По-непопулярно сред младите остава търсенето чрез обяви, работодател или пък бюрата по труда. А там възможностите са реални, твърдят от трудовите борси. 55 млн. евро е бюджетът, който ЕК отпуска за намаляване на младежката безработица в България по новата ОП "Развитие на човешките ресурси" 2014-2020. Средствата са предназначени за насърчаване на младите хора между 15 и 24 години, за да влязат в реалния пазар на труда или обратно в образователната система.**

Мира ВАЛЕНТИНОВА

Доклад на мрежата "Евридика" към Европейската комисия показва, че студентските такси, заеми и стипендии са много различни в 33 държави на Стария континент (страните - членки на ЕС, а също и Исландия, Лихтенщайн, Норвегия, Турция и Черна гора). През 2014 г. например Естония промени значително своята система на финансиране, като обвързва таксите за всеки семестър с учебните резултати - плащат само студентите, които не показват добри знания по време на следването си (т.е. не са събрали задължителните кредити за учебна година). Подобна зависимост между таксите и оценките има и в други страни като Чехия, Испания, Хърватия, Унгария, Австрия, Полша и Словакия.

Германия е единствената държава в Европа, където висшето образование е изцяло безплатно. Младежите се радват на обучение без такси в публично финансираните висши учебни заведения в Гърция, Дания, Кипър, Малта, Обединеното кралство (Шотландия), Финландия, Швеция, Норвегия и Турция. В другия край на класацията са девет държави (Чехия, Холандия, Португалия, Словакия, Обединеното кралство (Англия, Уелс и Северна Ирландия), Исландия, Лихтенщайн), в които всички студенти в бакалавърски програми плащат за обучение то си.

Най-високите студентски такси в Европа са във Великобритания (Англия), където през 2012 г. бе извършено значително реструктуриране на системата за висше образование. Таксите не се заплащат веднага, а едва след дипломирането на студентите, когато доходите им надхвърлят опре-

# Таксите за ВУЗ-овете в Европа - от нулеви до непосилни



делен праг - уникален модел за Стария континент. Относително високи такси се заплащат предварително от кандидатите за висше образование в Ирландия, Италия, Латвия, Литва, Унгария, Холандия и Словения.

За голяма част от студентите в Черна гора (75%) дипломата за висше образование излиза доста солено - между 500 и 1000 евро на година. Само 25% от учащите се радват на следване, финансирано от държавата.

Според експертите от "Евридика" в България все още има какво да се желае от гледна точка на обвързване на показаните резултати със студентските такси. Плащат се сравнително ниски суми всеки семестър - между 115 и 1500 лв. в зависимост от учебното заведение. Най-евтини се оказват специалности като педагогика, икономика и мениджмънт. Студентите обаче не могат да се издържат с изключително ниските стипендии - между 90 и 120 лв. на месец. Този тип подпомагане съществува в няколко вида - според потребностите и социалното положение на учащия, и според резултатите, които показва по време на следването. Чуждестранните студенти у нас плащат доста по-високи такси за семестър в сравнение с родените в България.

В някои държави (Кипър, Дания, Малта,

Финландия) всички студенти получават стипендии, а в други (Люк-

сембург, Нидерландия, Обединено кралство (Шотландия), Швеция,

## ОТ ПЪРВО ЛИЦЕ

**Цветелина Сандева, 18 г.**

Моят университет се намира в Абърдийн, Шотландия, където уча първа година бакалавър по политология и международни отношения. Тук студентите от Шотландия и от страните - членки на ЕС, не плащат такса за обучение. Истината е, че няма как да не те приемат, ако спазваш изискванията на университета и си изпратиш навреме и добре попълнени документите. Със специално заявление към правителството то поема студентската ти такса - тя е 1820 паунда за студенти от Шотландия и страните - членки на ЕС. Изключение правят учащите се от други части на Великобритания (например Англия), както и тези от страни извън Общността. Те плащат по 9000 паунда годишна такса. Толкова струва годишното обучение в доста университети в Англия например. За да учат в тях, българските учащи се често прибягват до студентски заем, който обаче се връща след завършването, при условие че доходите ти са над 21 000 паунда годишно. Ако се върнеш да работиш в България и получаващ добра заплата за страната ни - около 1000 лв., ще бъдеш под този праг - с 6000 паунда годишна заплата, и не е нужно да погасяваш заема, защото ти се опростява.

Условията в университета са много по-различни от тези в България. Организирант се най-различни курсове по интереси и се сформират общества. Преподавателите много държат да си разбрал материала и да можеш да го обясниш със свои думи. Плагиатството може не само да те изхвърли от университета, а и да влезе в досието ти. Тук има стриктни условия за спорт, така че всеки, който има желание да се раздвижи, има къде да го направи. Много ми харесва Шотландия, истинско предизвикателство е да живееш и да общуваш с хора от различни националности. Оглеждам се за работа, за да мога да покривам месечните си разходи. За студенти работата е по 20 часа седмично, за да имат време да посещават занятия, и се заплаща по 6-8 паунда на час.



Норвегия) - повечето от тях. Исландия е единствената европейска страна, в която няма система за държавни стипендии, макар че това в момента е предмет на разисквания.

Държавно субсидираните заеми играят съществена роля за подпомагането на студентите в приблизително половината от обхванатите в доклада на "Евридика" страни. "В България рядко студентите прибягват до заем за издръжката си - таксите са сравнително ниски, а пребиваването в общежитие излиза не повече от 50 лв. месечно с консумативите. У нас висшистите кандидатстват за студентски заеми по-често, когато

ходят на бригада в чужбина, за да се самофинансират и платят разходите си", коментира пред в. "Животът днес" Нада Живкович, консултант в център за образование и работа в чужбина "Ориндж".

"В Европа е крайно необходим по-лесен достъп до висше образование за нашите младежи. Това не само значително увеличава шансовете им за добра работа, но е и от полза за нашите икономики, нуждаещи се от иновациите и творчеството - дело на талантлив висшисти", заяви Андрула Василиу, европейски комисар по въпросите на образованието, културата, многоезичието и младежта.

**Миглена Рогачева, 24 г.**

Аз съм студентка първа година магистратура в университета в Гьотеборг, Швеция. Няколко са причините, заради които избрах да уча тук - добрите отзиви за образованието, фактът, че магистърските програми са безплатни за граждани на ЕС, и не на последно място екзотичната дестинация, каквато според мен са скандинавските страни.

Както споменах вече, обучението е безплатно за студенти от ЕС, но точно поради тази причина те не могат да кандидатстват за стипендии. На такива привилегии имат право учащите се от страни извън Евросъюза, тъй като те плащат такси по 18 000 шведски крони на година (близо 2000 евро).

Това, което най-много ми харесва в образованието тук, е гъвкавата административна система на университетите. Всичко се случва чрез онлайн платформа, през която имаш директна връзка с преподавателите, онлайн библиотека, регистрираш се за курсове и изпити. Няма досадно висене по опашки за записване, съобразяване с изключително оскъдното работно време на администрацията и куп други главоболия, с които се сблъсках в България.

От гледна точка на качеството на образование мога да кажа, че това, което получих през четирите години на бакалавърската си степен в УНСС, по нищо не отстъпва на това тук. Сега, когато имам възможност да направя сравнение, мога да кажа, че базата, която има българският университет като преподаватели и инфраструктура, е също толкова качествена, колкото тази в Европа.

За мен най-голямото предимство на образованието в чужбина е сблъсъкът с друга цивилизация, друг начин на живот и друга култура, от която винаги можеш да научиш много неща и да придобиеш по-голям житейски опит.



Гергана ПЕТКОВА

Замисляли ли сте се на кои хора вярваме най-много извън тесния ни семеен кръг? Чие мнение най-силно може да повлияе на начина ни на мислене? Точно така - това са учителите. Те се появяват в живота ни в ранна детска възраст и присъстват във всеки етап от нашето развитие. За 6-8 часа на ден 5 дни в седмицата учителят е един от най-влиятелните хора в живота на учениците си. След родителите децата научават най-много неща от класния ръководител в началното училище. След това преподавателите в основното и средното училище ги превеждат през много важен преход: юношеството. Докато децата съзряват, учителите отговарят на техните въпроси, слушат техните проблеми и ги подготвят за живота след това. В този смисъл учителят не само гледа как неговите ученици растат, той им помага да израснат. Но образованието не приключва със завършването на училище. То продължава и в университета, а и много след това.

Ако ние черпим мъдрост, знание и опит от учителите, от кого се учат те? Отговорът е много прост - едни от други. Истината е, че най-добрите учители са тези, които не спират да се учат през целия си живот. Те използват научните трудове на свои колеги, а по-амбициозните дори пътуват стотици километри, за да посетят лекция или семинар, който ги вълнува, и да почерпят опит от специалист в тяхната област.

Един лесен и достъпен начин за обмяна на знания и опит са на шумелите на Запад уеб-базиран семинари (вебинари). Това са видеолекции в реално време, които се провеждат с помощта на специален софтуер. Те са най-бързият и удобен начин за споделяне на новите технологии.

В България от пролетта на тази година вебинари за учители организира издателство "Просвета". Предимството на тази форма на обмяна на опит е, че пести време и уси-

# Най-добрият учител се учи цял живот



Професор Георги Иванов и Соня Рачева по време на вебинара "Адаптиране на първокласниците към новата училищна среда"

работа. Ние следим новостите по света и се стремим да ги прилагаме в нашите издания. Предоставяме опит, актуалност на информацията, нови и интересни похвати. Всичко това участниците могат да го видят и да попитат, ако нещо ги интересува, седейки удобно на дивана.

Лекторът, от друга страна, разполага и с възможността да "сподели" екрана на своя компютър със зрителите и по този начин да им показва цели презентации, снимки, графики, аудио- и видео-файлове.

"Често каним за лектори и университетски

преподаватели. На вебинара на тема "Адаптиране на първокласниците към новата училищна среда" водещ беше проф. Георги Иванов, който е светило в областта - добави Рангелова. - С помощта на Соня Рачева - утвърден професионалист, начален учител, той направи чудесна дискусия. Участниците бяха много активни по време на лекцията, а и след това получихме много положителни отзиви."

Първата сесия от онлайн семинари се проведе през април и май тази година и се оказа изключително посещавана. От 15 септември издателството поднови обучението и се радва на също толкова голям интерес, колкото и в началото, показва статистиката. Софтуерът позволява едновременно да участват най-много 100 души, а средната посещаемост на събитията през есенния сезон е 85 човека. Друг интересен похват на издателството е, че след приключване на всеки вебинар предоставя на участниците електронен сертификат. По този начин те удостоверяват, че са били обучени за работа с дадена система или учебник.

На сайта на издателството [www.prosveta.bg](http://www.prosveta.bg) може да се види пълната програма - всички предстоящи и отменили събития (виж таблицата). Там има и упътване как става регистрирането за участие.

## Програмата на „Просвета“ за месец ноември

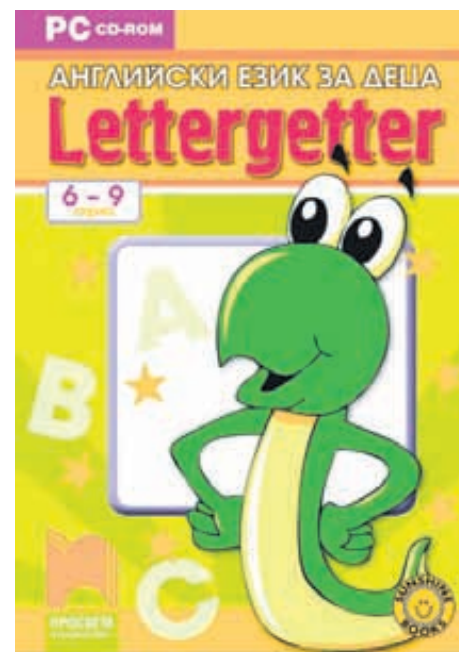
Дата	Предмет	Тема	Водещи
4 ноември 2014 г.	Физика и астрономия	Ролята на лабораторните работи в обучението по физика и астрономия	Виктор Иванов
11 ноември 2014 г.	Литература	Творческо писане	Калина Михова
25 ноември 2014 г.	География и икономика	Как да повишим интереса и активността в часовете по география	проф. Ст. Дерменджиева, доц. П. Събева
27 ноември 2014 г.	Български език и литература	Повишаване на интереса и мотивацията на учениците чрез използването на мултимедийни презентации в обучението по БЕЛ	Нели Дамянова

Предишните вебинари на "Просвета" можете да гледате в YouTube страницата на издателството: [www.youtube.com/ProsvetaAD](http://www.youtube.com/ProsvetaAD).

## Да изгеш азбуката

На пазара вече е новата интерактивна игра Lettergetter за изучаване на английски език, изключително привлекателна за децата, които се запознават с азбуката и се учат да четат. Героят Lettergetter краде буквите от думите, а децата трябва да ги върнат отново по местата им. Дискът съдържа много анимирани истории, които задържат вниманието им и неусетно ги увличат в заниманието. След първоначална помощ от родител или учител детето лесно свиква да работи самостоятелно с диска, като следва инструкциите на английски език. Близък и любим приятел му става симпатичният герой Lettergetter, който обича да похапва букви и да извива тялото си във формата на всяка буква.

Играта се състои от пет рубрики с анимирани истории и езикови игри, както и една отделна игра - състезание за най-бързо подреждане на буквите в азбучен ред. Първа е рубриката Lettergetter Loves Aa, Bb, Cc... (Lettergetter обича Aa, Bb, Cc...). Чрез поредица от анимирани озвучени илюстрации децата се запознават с всяка буква и запаметяват няколко думи, които започват с нея. Задачите са



интуитивни и детето лесно открива буквата, която се оцветява в друг цвят. Постоянното въздействие върху зрителната му памет и многократното озвучаване на английските думи водят неусетно до трайно запаметяване.

**ЕЛЕКТРОННИ УЧЕБНИЦИ ПО ВСИЧКИ ПРЕДМЕТИ  
ОТ 1. ДО 7. КЛАС - НА [WWW.E-UCHEBNIK.BG](http://WWW.E-UCHEBNIK.BG)**

Румен ЛЕОНИДОВ

# СЪВЪРШЕНОСТВО ИЛИ СМЪРТ!

На 1 ноември отново отбелязахме тържествено делото на стотиците именни и безименни будители, но дали е достатъчно това? Почитаме ли наистина святото им дело, или всичко някогашно, пък макар и свято, вече ни изглежда архаично, непотребно, далечно, дори чуждо? Има ли смисъл да се обръщаме назад, когато сме затормозени от проблемното ни всекидневие, когато глобализмът заличава граници, национални особености, когато всички ходим в дънки и мнозина мечтаят за работа в странство или за "зелена карта".

Не превърнахме ли и този ден в празник на мъртвите будители, с

формалното си отношение, с отмятането му като дежурно мероприятие? Защо на масовия българин много-много не му пука за читавите човечеци от Възраждането, което се е случило благодарение на стотици родолюбиви просветители, на десетки одухотворени духовници, преписвачи на историята българска, учелюбиви учители, ваятели, събирачи на народни песни, предания и приказки. Защо масовия българин не го е еня за онези, които съхраниха и възвдиха българския дух?



Онези, които отново запалиха кандилото на националното ни просвещение и пренесоха пламъчето му в загасналите за просвета души на забравилите род, четмо и писмо люде? Ду-

ховният елит на нацията ни не е бил от политолози и социолози, а от книжовници, дърворезбари, зографи, иконописци, ктитори, печатари, словослагатели, издатели на газети, списователи

на буквари, писачи на учебници, книжари, преводачи на евангелски текстове и псалми, от бунтари, луди глави, съзаклятници, поети, драматизатори, писатели, войводи, четници, уста Кольофичовци, майстори на църковни сводове и камбанарии, на стенописи и иконостаси.

Къде е днес новият духовен елит? Има ли го, или отсъства? Къде са Новите възрожденци, Новите будители? Къде отива гласът на охридския даскал, писател и преводач Григор Пърличев, който продължи Бо-

тевото "Свобода или смърт" с още по-гениалното верую: "Съвършенство или смърт"? В съседна Македония го тачат, у нас малцина са чували за него. И никой редови българин не се сяща да продума името му поне. А колцина познават стореното за народната свая от двамата братя Миладинови, колцина са научили нещо за трагичната им участ? Имаме улици на тяхно име, няколко училища, и толкоз. Улиците много, исторически личности всякакви, но у нас, за разлика от съседите, нито националният ден на тези също светли двамата братя, нито делото на апостол Пърличев живеят в съзнанието на днешните ни тукашни сънародници... Може би защото е казано: "Заспалия и да го пробудиш, после пак ще заспи!"

## ● Обща юбилейна изложба със скулптора Йордан Гаврилов

## ГОЛЕМИЯТ МАРКО БЕХАР НА СТО ГОДИНИ



Всградата на СБХ на ул. "Шипка" № 6, на третия етаж, има две юбилейни изложби в една зала. Авторите са състуденти, станали много близки приятели от годините на следването им в Художествената академия "И. Репин" в Ленинград. Това са Марко Бехар (1914-1973) - график, карикатурист и живописец, и скулпторът Йордан Гаврилов, който тази година стана на 85 г.

Марко Бехар е роден в Ямбол. Завършва Търговската гимназия в Бургас. Премества се в столицата и става член на Дружеството на Новите художници. 1941-43 г. е изпратен в еврейски трудови лагери, а по-късно се присъединява към Кюстендилския партизански отряд. Работил е като редактор и зам. гл. редактор във в-к "Стършел". Участвал е в много общи художествени и карикатурни изложби в Швейцария, Бразилия, Италия, Мексико, Япо-

ния, Швеция, в страните от Източна Европа. У нас има три самостоятелни прояви - 1940, 1964, 1968 г., както и четири самостоятелни в чужбина - Берлин, Будапеща, Варшава и Прага. Това е третата му ретроспективна изложба, а предишните са през 1974 г. и 2001 г. Има и посмъртна изложба в Ерусалим, 1992 г. Негови творби са притежание на НХГ и СГХГ, както и на галериите в Ямбол, Смолян, Сливен, Бургас и др., а също на галериите в Дрезден, Букурещ, Будапеща и в частни колекции в чужбина и в страната.

В третата му ретроспекция са представени всички творчески периоди на художника - ранни, експресивни

сатирични гротески като реакция на Закона за защита на нацията и Закона за защита на държавата, сюжети от еврейските трудови лагери и смешно-страшните от живия живот на хората. Тук са и част от живописните платна, правени между 40-те и 50-те години на миналия век, студентски работи от периода, прекаран в СССР, изградени в характерния за руския соцреализъм, академичен, унифициран стил. Творбите му проследяват и годините на упорита работа, за да възвърне своята индивидуалност, стил и изразни средства - това са литографските серии, елегантни актови рисунки с молив, туш, акварел, знакови не съгласия от двата цикъла "Там горе" и "Имат думата".

Йордан Гаврилов е ученик на маестро проф. Иван Лазаров, до 1990 г. е преподавател в Софийската художествена гимназия. По-известните му творби са бронзовите паметници на Тодор Каблешков в Копривщица,

на Йордан Йовков и на Дора Габе в Добрич, както и този на Борис Хаджисотиров в Самоков. Негов е бюстът на акад. Александър Теодоров Балан. Автор е и на няколко портрета на Борис Христов - единият е поставен над входната врата на родния дом на големия

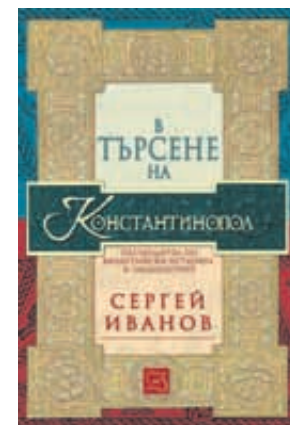
певец в София, другият, бронзов, над входа на къщата му в Рим. Създава и редица пластики на вечни теми. Творби на Гаврилов се намират в НХГ, в СГХГ, притежание са и на частни лица във Франция, Германия, Швейцария и България. (ЖД)



## КАКВО ДА ДИРИМ В КОНСТАНТИНОПОЛ?

Една от най-забележителните книги - "В търсене на Константинопол", излезе в луксозно издание на български език. Това е своеобразен научен пътеводител, резултат от десетгодишен изследователски труд, който представя историческите факти и събития чрез интригуващ, наситен с детайли разказ за исторически места, свързани със съдбата на един от най-великите градове в човешката история.

Византологът Сергей Иванов си е позволил да отмени съвременния османски Истанбул, за да стигне в сърцето на някогашна Византия. В книгата е разказана завладяващата история на всички паметници на Византийското средновековие (без изключение), чието местоположение е стриктно отбелязано на редица карти. "В търсене на Константинопол" е едновременно гид за ту-



ристи и блестящо написан научен труд. Авторът ни среща с някогашните карнавали и тържища, с местата, където хората са живели, молили са се, обичали са и са убивали. Читателят се оказва не само на мястото на старата византийска школа, но и разбира какво се е учило там; озовава се не само в константинополс-

ка болница, но и разбира какво и как са лекували там... Освен увлекателен разказ, в книгата са изложени и най-новите научни хипотези, разказващи надълго и широко за византийските фрески и мозайки, за тяхната история и съдържание, за Хиподрома и надбягванията с колесници, които оживяват пред очите ни. Научаваме и как е изглеждал Големият императорски дворец и къде са се намирали прочутите Златни врата. Богато илюстрирана и наситена с факти, книгата се чете като сборник с много интересни истории, написани на увлекателен език. Изданието ни позволява да почувстваме атмосферата, обстановката и духа на времето в този емблематичен за историята град. (ЖД)

**Излезе Лунният календар от д-р Стефанка Коджабашева и Илия Митев за 2015 година.**

На 1 и 2 ноември 2014 г. във Варна се състоя извънредна сесия на Общото събрание на Асоциацията на българите по света (АБС) и Петото редовно заседание на Световния парламент на българите (СПБ). В срещата участваха 200 делегати от 38 страни, които в продължение на два дни обсъдиха състоянието на българските общности в различните страни и региони по света и най-важните проблеми, които вълнуват тази част от българската емиграция.

# Световният парламент на българите с пет предложения към бъдещия кабинет

● Двеста делегати от 38 страни обсъдиха проблемите на сънародниците ни по света

Както всяка година, преди официалното откриване на сесията делегатите на българската диаспора се включиха в тържественото отбелязване на Деня на народните будители. Церемонията се проведе в Морската градина на Варна, на Алеята на възрожденците, където пред всяка паметна плоча и паметник бяха запалени свещици не само защото празникът съвпадна с Архангелова задушница. Представителна група от Украйна, Румъния, Молдова, Македония и Западните покрайнини поднесе четири венеца, десетки сведоха глави в знак на признателност пред паметника на св. Паисий Хилендарски.

Деловата работа на световния форум се проведе в пленарната зала на Община Варна и бе открита с изпълнението на четири химна - националния "Мила Родино", "Шуми Марица", химн на Обединена България, както и "Ода на радостта", която е химн на Обединена Европа.

Всички присъстващи в залата запяха "Питат ли ме де й зората..." ("Де е България") на Вазов, защото това е химнът на Асоциацията на българите по света.

Негово Високопреосвещенство Варненски и Великопреславски митрополит Йоан откри Петата сесия на парламента с благослов, в който изтъкна ролята на Българската православ-

на църква в съхраняването на националния ни памет по време на османското владичество, както и участието на стотици български свещеници в делото на просвещението и духовното възраждане на нацията ни. Той завърши с думите: "Бъдете в мир с всички човеци и добре дошли във Варна, това прибежище, в което са живели десетки ярки духовници и народни будители!"

Приветствие поднесе и Лилия Христова - зам.-кмет на община Варна, а поздравителни адреси се полчиха от Държавната агенция за българите в чужбина, както и от Иван Янчев, кмет на община Малко Търново. Радка Ганчева поздрави участниците от името на испанските земеделски организации, а Младен Младенов - от името на българите, живеещи в САЩ.

Тържественото заседание продължи със слово на акад. проф. Пламен Павлов, посветено на века на цар Самуил. В него ораторът изключително убедително доказа българския произход на славния владетел въпреки обратните твърдения на скопските историци, както и безспорната му връзка с царственото коляно на кан Крум. Акад. Павлов подчерта, че царуването на Самуил не е някакъв вид приемственост, а обратно - пълна тъждественост, защото в Първото българско царство не сме



имали царе, които да не са от това коляно. Той обърна внимание и върху тогавашното единство между цар, боляри, аристокрация, църква и народ - национална хармония, за която днес само можем да мечтаем. И дори след смъртта на своя лидер народът ни остава свободолюбив и продължава съпротивата срещу византийците, защото за нашите сънародници България е била най-добрата държава в света - така е мислело населението ни за своята родина. В заключение известният ни историк, който е и председател на Световния парламент на българите по света, каза: "Да, цар Самуил е починал преди 1000 години, но днес ние отдаваме дължимото на не-

говото безсмъртие!"

Работата на Общото събрание на Асоциацията на българите по света откри Кирил Йорданов, председател на АБС. Делегатите приеха единодушно някои промени в устава на организацията относно преобразуването на Асоциацията от дружество в частна полза в дружество за общественополезна дейност. След това Кирил Йорданов изнесе доклад за състоянието и проблемите на българската диаспора. Българите на Балканите и по света възлизат почти на 22 милиона души. Първата група българи живеят на територията на откъснатите от България изконни наши земи - Западните покрайнини, Вардарска и Егейска Македония, Източна и Западна (Беломорска) Тракия, Северна Добруджа. Тези българи никога не са се чувствали емигранти. Втората група е истинската ни емиграция, която е напуснала страната през различни исторически периоди. Разделя се на стара емиграция - до Освобождението през 1878 г., и на нова емиграция - след Освобождението на България. В доклада бяха отразени реалните обществени условия, при които живеят българите в Македония, Сърбия, Косово и Албания, както и в Хърватия, Сло-

вения, Босна и Херцеговина, Гърция, Турция, Румъния, Молдова, Украйна, в бившите съветски републики. Обърнато бе внимание на т.нар. волжко-уралски сънародници, потомци на древните и средновековните българи. В момента в Средна и Западна Европа живеят около 100 000 души, главно емигранти от последните десетина години. В Америка и Австралия има също големи български общности. Извън държавите на ОНД в Азия броят на българските имигранти се предполага, че е около 20 000 души. Българските поселения са по-значими в бившите републики на СССР, Индия, Китай, Япония, Виетнам - там има 64 265 българи. В различните арабски държави живеят около 27 800 преселници. Най-голямата българска колония в Африка е в южната ѝ част и по-специално в ЮАР. Общо в Африка живеят около 10 000 наши съотечественици, заминали през последните 7-8 години. Те също имат вече своя земеделска организация.

Състоя се и оживена дискусия по темите, включени в прочетения доклад. Бяха направени множество препоръки и предложения, бяха изнесени нови факти, които допълниха реалната

картина на общите и специфичните проблеми пред родната диаспора. На базата на тези препоръки и предложения Световният парламент на българите прие обръщение към българското правителство за възстановяване на незаконно отнетото българско гражданство на българите от Вардарска и Егейска Македония, Западните покрайнини и Западна (Беломорска) Тракия през 1945 г. и 1952 г. Делегатите единодушно подкрепиха и декларация за статута на Западните покрайнини след разпада на Югославия през 1991 г. Участниците се обединиха и около предложението относно създаването на Министерство на българите по света, защото функциите на сегашната Държавна агенция са твърде ограничени и са само координационни между различните държавни институции, което прави дейността ѝ неефективна и формална.

Българската общност в Република Молдова представи и проект за Закон за особения статут на Тараклийския национален културен район на Република Молдова, който бе гласуван единодушно, както и предложението до бъдещото българско правителство, което да настоява пред гръцките власти към паметната плоча на о. Св. Ахил, където бе гробът на цар Самуил, да бъде поставен и надпис на български език, защото сега има такива само на английски и гръцки. Към това предложение бе прибавена и идеята автомагистралата София - Солун да бъде наречена "Цар Самуил", защото от историческа гледна точка тъкмо това е пътят като посока и движение на славния български владетел.

В следващия брой на в. "Животът днес" ще публикуваме по-подробна информация за проблемите на нашите сънародници в споменатите в доклада държави. (ЖД)



# Моят град



## СОФИЯ Появи се ново духовно

### пространство

В сърцето на стара София се откри нова художествена галерия, наречена "Сердика". Тя отвори врати в обновената зона на Женския пазар. Първата експозиция в залата представя 16 великолепни платна на именити български художници, рисуващи пейзажи и сюжети от столицата. Сред тях са Антон Митов, Борис Иванов, Цанко Лавренов, Никола Танев, Найдено Петков, Славка Денева, Румен Гашаров и други. Картините са предоставени от фонда на СГХГ.

Появата на галерия "Сердика" в тази емблематична част на столица-

та, известна най-вече като търговски център, я превръща и в средище на активен културен живот. Галерията ще представя както автори на класическата живопис и скулптура, така и на модерното, новаторско изкуство. Тук ще намерят място и работите на младите таланти. А публиката ще има възможност за свободен достъп и постоянен контакт с тях.

Адресът е ул. "Цар Самуил" № 90 Б. Заповядайте!

## СТАРА ЗАГОРА

### Възстановяват Фестивала на оперното и балетното изкуство

След едногодишно прекъсване Община Стара Загора възстановява Фестивала на оперното и балетното изкуство. От миналата година той има свой собствен статут, утвърден от кмета на общината Живко Тодоров.

Културното събитие ще бъде открито на 24 ноември т.г. с премиерата на "Отело" на Дж. Верди, представена от Държавната опера в Стара Загора. Участие ще вземат още оперните театри на София, Пловдив, Варна и Русе.

Финалът ще бъде гала-концерт с арии, ансамбли, дуети и хорове на млади и утвърдени звезди на операта, който ще се състои на 5 декември.

Предстоящото издание на фестивала е прелюдия към честването на 90-годишнината на първата извънстолична опера. Отсега участие в отбелязването на юбилея са потвърдили родените в Стара Загора световни звезди на оперната сцена Анна Томова-Синтова и Веселина

Кацарова. Междувременно трупата на старозагорската опера ще участва в галаконцерт в залата на ЮНЕСКО в Париж, с който ще бъде отбелязана 100-годишнината от рождението на Борис Христов. Проявата, която ще се състои на 4 ноември, е под патронажа на генералния секретар на ЮНЕСКО Ирина Бокова. В концерта ще бъдат представени арии, ансамбли, дуети и увертюри от известни произведения.

## ВАРНА

Бюджетът на общинския фонд "Инвитро" с макро-рамка от 100 000 лв. да бъде запазен и през 2015 г., за да могат 50 двойки да получат шанс да имат дете. Предложението е готово и ще бъде внесено в Общинския съвет, обяви д-р Лидия Маринова, зам.-кмет на община Варна по време на пресконференция, организирана от фондация "Искам бебе". Поводът бе отбелязването на една година от откриването на информационния център на фондацията в морската столица. През тази година от 18 семейства, включени в общинската програма "Инвитро", 14 са били одобрени, а 3 се-

### Шанс за 50 двойки с репродуктивни проблеми



мейства вече очакват бебета, отчете д-р Маринова. Тя допълни, че ще предложи на фондацията критериите за кандидатстване да бъдат улеснени, за да могат да бъ-

дат обхванати повече двойки. Една от новите цели, които си поставя "Искам бебе", е организиране на информационни кампании в общините във Варненска област.

## ПЛОВДИВ

### Реконструират Одеона



Кметът на Пловдив инж. Иван Тотев подписа договор за реконструкцията на Одеона. Това стана след 6-месечна процедура, преминала през обжалване пред Комисията за защита на конкуренцията и Върховния административен съд. Стойността на проекта е около 230 хил. лв., което е с около 100 хил. лв. по-малко от предварително заделените от общината, обясни градоначалникът. Реконструкцията на културната забележителност предвижда подмяната на старите дървени седалки с мраморни - по подобие на оригиналните, изграждане на система за отводняване и хидроизолация, достъп до подземното пространство. "Искаме да превърнем Одеона в място, което може да бъде използвано за градски събития, да стане част от културния живот и да бъде атрактивна открита сцена и туристическа дестинация", сподели кметът инж. Тотев.

## БУРГАС

По предложение на кмета Димитър Николов Община Бургас ще осигури средства за първата вноска за нов ехограф в ДКЦ2. Апаратът е от ново поколение, а общата му стойност е 60 хил. лв. По този начин местната власт продължава последователната си политика

### Общината осигурява модерен ехограф за ДКЦ2

за обновяване на медицинската апаратура в лечебните заведения. От администрацията в морския град припомнят, че през 2010 г. за нуждите на центъра е бил закупен нов рентген, а година по-

късно е била изградена рампа за достъп на хора с увреждания. През 2015 г. ще се кандидатства към Екодоверителния фонд за основен ремонт и саниране на цялото лечебно заведение.

## БЛАГОЕВГРАД

### Градската градина отново осветена

Напълно възстановени са повредените и изпочупени осветителни тела в градската градина в центъра на Благоевград. Екип от експерти направи внимателен оглед и след опис на повредените лампи бяха поставени нови осветителни тела. Според експертите повредите са вследствие на вандалски прояви и лоши метеорологични условия. Кампанията по подновяване и ремонт на елементи от



уличната осветителна мрежа има за цел да оптимизира качеството на уличното осветление.

През юни 2013 година по заповед на кмета Атанас Камбитов беше извършена регулярна подмяна на счупени ос-

ветителни тела в центъра и периферията на Благоевград. За съжаление през следващите месеци част от тях бяха счупени от хулигани. Община Благоевград призовава гражданите към

отговорно поведение и опазване на публичните придобивки, както и за активна гражданска позиция и сигнализиране при нередности и посегателства към общинската собственост.



Владислава ГАЛЕВА,  
юрист

**Съществуват различни причини собственик на поземлен имот да бъде задължен да даде право за преминаване през него. Това се налага например за осъществяване на разрешени строителни, монтажни или проектни работи, за действия при бедствия и аварии; за достигане на трети лица до собствен неурегулиран поземлен имот, когато за него няма осигурен достъп до улица, път или алея, при разширение на съществуващи и при изграждане на нови водопроводи, въздушни и подземни електропроводи, на надземни и подземни хидротехнически съоръжения за производство на електрическа енергия и др.**

**Р**азрешението за преминаване през чужд поземлен имот се осъществява чрез учредяване на особено право, като се използва правният институт на сервитута. Възможността за това право произлиза от Административнопроцесуалния кодекс (АПК), Закона за устройство на територията (ЗУТ), Закона за собствеността и ползването на земеделските земи (ЗСПЗЗ).

Учредяването на сервитут се използва често и поставя едновременно много проблеми както за лицата, в чиято полза се учредява, така и за собствениците на имоти, през които се преминава.

Производството по учредяване на правото за сервитут е предназ-

# Какво е сервитут и кога се учредява

начено да създаде правната и фактическа възможност за едно физическо или юридическо лице да преминава през чужд поземлен имот при точно определени граници на прохода.

Още тук трябва да се отбележи, че

**учредяването на правото на преминаване през чужд поземлен имот става възмездно**

и лицето, в чиято полза е учредено, дължи обезщетение на собственика на съответния имот. Това обезщетение се определя по специални правила, указани в чл. 210 от ЗУТ. За целта се изготвя оценка и се определят размерът и изплащането на обезщетението. Това става от комисия, назначена от кмета на общината, която изчислява сумата по пазарни цени. Кметът нарежда служебно или въз основа на искане на заинтересованите лица определянето на обезщетението или оценка от комисията. Решението на последната се съобщава на страните. Важно е да се знае, че договорът или заповедта на кмета се вписват задължително в имотния регистър по партидата на поземления имот, който се обслужва от учреденото право на преминаване, както и по партидата на имота, върху който е учредено правото на преминаване.

С установяването на правото на преминаване възниква сервитут в полза на собственика на господстващия имот и тежест върху служещия поземлен имот.

Правото на сервитут се установява с документ, който представлява писмен договор с нотариална заверка на подписите при постигнато съгласие между заинтересованите страни или заповед на кмета на общината при липсата на подобно съгласие.

С възникването на

правото на преминаване не биха могли да се влошават условията за застрояване на поземлените имоти, както и да се препятства установеният им начин на трайно ползване и да се засягат разрешени строежи или съществуващи сгради, освен ако това не е изрично уговорено между собствениците със сключения договор.

Съществуват и изключения, когато поради липса на друга техническа възможност или когато друго техническо решение е явно икономически нецелесъобразно, с разрешение на министъра на регионалното развитие и благоустройството - за държавните поземлени имоти, съответно с решение на общинския съвет - за общинските поземлени имоти, може да се допусне влошаване в условията за застрояване и ползване на държавни или общински поземлени имоти при учредяване право на преминаване към други имоти. Но това е изключение.

Правото на преминаване може да се установява както през урегулирани, така и през неурегулирани поземлени имоти.

## Процедурата

Когато между заинтересованите страни е постигнато съгласие за обема, срока и размера на обезщетението за правото на преминаване, няма необходимост от администра-

тивна намеса и участие на административен орган.

Когато обаче липсва съгласие за издаването на заповед за установяване право на преминаване през чужд поземлен имот, заинтересованото лице трябва да подаде молба в деловодството на общинската или районната администрация, или областната управа (в случаите, в които се установява право на преминаване през имоти - държавна собственост). Към молбата се прилага комплект от документи:

1. Документ за собственост или други вещни права за поземления имот, до който ще се осъществява достъпът.
2. Скица-извадка от действащ подробен устройствен план (ПУП), кадастрален план (КП), кадастрална карта (КК) - в необходимия обхват, с което да се докаже, че друго техническо решение за осигуряване на достъпа е явно икономически нецелесъобразно.
3. Предложение за начина на преминаването (допустими са варианти), както и други документи.

Заповедта за учредено право на преминаване през чужд поземлен имот се издава от кмета на общината или района.

Правото на преминаване през държавни или общински поземлени имоти се учредява, когато друго техническо решение е явно ико-

номически нецелесъобразно, със заповед на областния управител, съответно със заповед на кмета на общината.

В случай че правото на преминаване (сервитутната зона) засяга имот, за който в полза на енергийно предприятие е учредено право на строеж, неговата регламентация се уговаря в акта за учредяване право на строеж.

За издаване на заповедта законът определя срок, който не може да бъде по-дълъг от един месец от датата на постъпване на молбата.

Процедурата се извършва от длъжностно лице от общинската администрация или от областната администрация (ако правото на преминаване засяга имот - държавна собственост), което извършва обследване на документите:

1. Проучва по представените документи какво е предвидено за съответния имот/имоти в действащия устройствен план и наличието на условията за прилагането на закона, като съобразява и изискванията на някои специални нормативни актове.
2. Уведомява заинтересованите лица за началото на процедурата.
3. Извършва оглед на място, за да прецени дали не се влошават условията на застрояване и трайно ползване в служещия поземлен имот.
4. Изработва проект на

прохода или одобрява предложението вариант от заявителя.

5. Уведомява комисията за определяне на дължимото обезщетение.
6. Изготвя проект на заповед за установяване правото на преминаване, като прилага като неразделна част към нея скицата с нанесените граници на прохода.
7. В тридневен срок от издаването на заповедта уведомява заинтересованите лица - заявителя и възложителите (собствениците и носителите на ограничени вещни права) на засегнатите поземлени имоти, включително тези, които не са участвали в производството.

Размерите, разположението и специалният режим за упражняване на сервитутите за изграждане на електронни съобщителни мрежи, съоръжения и свързаната с тях инфраструктура са индивидуални и се определят по ред и начин, определени в наредба на министъра на регионалното развитие и благоустройството, министъра на земеделието и храните и председателя на Държавната агенция за информационни технологии и съобщения.

## Възможности за защита на недоволната страна

Заповедта за учредяване правото на преминаване през чужд поземлен имот или отказът за издаването ѝ имат характера на индивидуален административен акт и могат да се обжалват относно тяхната законосъобразност по съдебен ред от заявителя - собственик на господстващия имот, или от собствениците или носители на ограничени вещни права в служещия имот.

Обжалването на заповедта на кмета се извършва в 14-дневен срок от съобщаването ѝ пред съответния административен съд. Подадената жалба спира действието на заповедта до постановяване на необжалваем съдебен акт.

Решението на комисията на общината за определяне на дължимото обезщетение подлежи на обжалване по реда на АПК, като по делото се призовават общината и заинтересованите страни.



# ЖИВОТ & ЗДРАВЕ

4 - 10 НОЕМВРИ 2014

## И очите стареят

С напредване на възрастта се променят всички структури на окото. Някои се приемат за нормални, но други могат да бъдат опасни за зрението. Кой са най-честите проблеми с очите и как сами да си помогнете четете

на стр. 18

## В помощ на храносмилането

Стомашният дискомфорт, който хората често изпитват, може да се дължи на различни причини, но безспорно значение има това, което слагаме на трапезата си. Повече за ролята на балансираното хранене и природните препарати, които предотвратяват функционалните нарушения,

на стр. 22

## Силантите - щит срещу кариесите

Отдавна стоматолозите сигнализират, че зъбите на българчетата са в доста окаяно състояние. За щастие вече се предлага т.нар. силанизация, която може да предпази от кариес и да спести на децата ни много по-нататъшни проблеми. При това услугата е безплатна. Как да стигнете до нея вижте

на стр. 23

## Ряпата си връща позициите

Профилактичните качества на ряпата са познати още от древността, но днес зеленчукът не присъства често в менюто ни. Специалистите обаче твърдят, че не бива да я пренебрегваме, защото има уникални, безценни за здравето ни съставки. Научете за тях

на стр. 27

За втора поредна година Sanofi България организира кампанията срещу рака на простатата "Открито за мъжете", като нейната цел е да повиши информираността на обществото по проблема и да повиши ранната диагностика на заболяването. Затова и слоганът на кампанията е "Проверката е висша форма на мъжественост".

"У нас ракът на

## СТАРТИРА КАМПАНИЯ СРЕЩУ РАКА НА ПРОСТАТАТА

простатата е втори по честота сред новодиагностицираните злокачествени заболявания при мъжете и втората най-честа причина за смърт сред тях. Едновременно с това обаче съществува висок процент на недиагностицираност на заболяването. Тревожен е

фактът, че по данни на Световната здравна организация се наблюдава тенденция към увеличаване на процента на смъртност от заболяването в България и Румъния" - сподели проф. д-р Александър Хинев, секретар на Българското урологично дружество и национален консултант по урология.

"Като глобален ино-

вационен лидер Sanofi разработва и предлага медикаменти за хората с простатен карцином, но едновременно с това като социално отговорна компания инвестираме и в превенция на проблема. Затова и в последната седмица на ноември осигуряваме безплатни профилактични прегледи при уролог в София, Варна, Пловдив и Плевен. Ед-

новременно с това вярваме, че с доверието и популярността на най-успешния български плувец Петър Стойчев, който е тазгодишният посланик на "Открито за мъжете", ще допринесем за увеличаване на информираността по този проблем в обществото" - сподели Йерон Вайтес, генерален директор на Sanofi България.



## НАРЪТ СЕ БОРИ С РАКА НА ГЪРДАТА

Лечението на злокачествените заболявания е скъпо, но вече доста ефективно, особено когато ракът е в ранен стадий и диагнозата се постави навреме. Статистиката показва, че ракът на гърдата е сред най-разпространените злокачествени туморни заболявания при жените, затова учените отдавна се опитват да се преборят с него. Съвсем скорошни изследвания са установили, че нарът може да понижи вероятността от рак на млечните жлези. Специалистите са открили, че в зърната на този плод се съдържат вещества, забавящи, а при редовна консумация и прекратяващи изработ-



ването на естроген от организма. Именно излишъкът от този хормон се смята за причина, водеща до активно разрастване на раковите клетки.

Изследователите се надяват, че резултатите от работата им ще помогнат за създаването на нова противоракова терапия в близкото бъдеще. Сокът от нар е известен още като средство, което предотвратява анемията, притъпява чувството на глад и помага да се контролира теглото.

## 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.

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



Безплатно измерване на костната плътност (остеоденситометрия на пета) за жени над 65 години.

Само с предварително записване на тел. 02/9839494 и 0885 542 079 или на регистратура. Адрес на ДКЦ „Асцендент“: София, ул. „Бачо Киро“ 47



Д-р Елена  
МЕРМЕКЛИЕВА,  
офталмолог

# КАК СТАРЕЯТ НАШИТЕ ОЧИ?

С напредване на възрастта се променят всички структури на окото. Докато някои промени можем да приемем за нормални, то други са опасни за зрението.

Като нормална проява за хора след 40-годишна възраст се приема **пресбиопията** - невъзможността за ясно виждане наблизо. При някои се проявява и т. нар. "скрито далекогледство", което изисква корекция на зрението както за близо, така и за далече. Очила, контактни лещи или оперативна корекция могат да решат проблема в зависимост от желанието на пациента.

"Сухото око" е друга проява на физиологично стареене, дължи се на намаляване на слъзната

секреция, много често срещана е при жени в менопауза или при употребяване някои лекарства. При този проблем се използват изкуствени слъзи, при тежки случаи се поставят и слъзни тапички, спиращи оттичането на слъзите.

**Катарактата** е уплътняване на лещата, често срещано състояние сред възрастните. Решението са съвременните минимално инвазивни хирургични методи с имплантиране на изкуствена леща.

**Отлепването на стъкловидното тяло** може да се приеме за нормална проява на стареенето, стига да не води до усложнения. С възрастта то губи гелообразната си структура и се втечнява, отдалечава се от ретината. Пациентите виждат "светкавици" и движещи се "черни точки" пред окото. Специалист трябва да огледа периферията на ретината за дегенеративни промени, които могат да се профилактират, за да се избегне отлепване на ретината - тежко, застрашаващо зрението състояние.

Сред сериозните заболявания, чието нелекуване води до слепота, е **глаукомата**. Честотата ѝ се увеличава с напредване на възрастта. Често тя протича почти безсимптомно и човек разбира, че е болен, едва когато случайно затвори едното си око и се окаже, че не вижда. В този стадий медицината е вече безсилна. Открита навреме обаче, глаукомата може да се контролира чрез медикаментозно, лазерно или оперативно лечение. Има много съвременни методи, които позволяват откриването ѝ, когато няма или има минимално засягане на функцията на окото.

**Макулната дегенерация** е от честите причини за загуба на централното зрение сред възрастните. Има две форми - суха и влажна. Терапиите според конкретния случай включват диета, хранителни добавки, съдържащи важните за окото лутеин и зеаксантин, още - лазерно лечение, поставяне на интравитреални инжекции с инхибитори на ангиогене-

зата, оперативно лечение. Лечението на това заболяване е продължително, скъпо, понякога и недостатъчно ефективно.

С възрастта се увеличава и честотата на много общи заболявания, които влияят на функцията на окото, като захарния диабет, артериалната хипертония, атеросклерозата и др.

**Диабетната ретинопатия** е тежко усложнение, засягащо малките съдове на окото, което, нелекувано, води до много усложнения и дори до слепота. Заедно с компенсирането на кръвната захар очният преглед е необходим, за да се уловят още първите промени и да се третира своевременно.

Счита се, че промените в съдовете на ретината при артериална хипертония са аналогични на тези в съдовете на мозъка, миокарда и други. Чрез офталмоскопия може да се проследи артериалното налягане, методът дава възможност за in vivo наблюдаване на съдовете, за преценка на степента на измененията.

Нелекуваната артериална хипертония, както и атеросклерозата могат да доведат до редица съдови инциденти в ретината, в зрителния нерв или кората на мозъка, като оклузия на централната артерия или вена и техните клонове, до исхемична оптикопатия, както и поява на очни симптоми, придружавани неврологичните поражения при мозъчносъдов инцидент. Диагностицирането и лечението на тези състояния трябва да стане максимално рано, за да има шанс за запазване функцията на окото, а при мозъчносъдови инциденти - възможност за преживяемост. Много важни са контролът на артериалната хипертония и профилактиката на атеросклерозата - контрол на липидите в кръвта, кръвната захар, намаляване на

телесното тегло, увеличаване на физическата активност. В тези случаи още при начални изменения е препоръчителен прием на съдоразширяващи и на подобряващи оросяването средства като например препарата "Гинкофол".

Други признаци на стареене на окото са намаляване на размера на зеницата, по-мудната реакция на светлина, търсенето на повече светлина за четене, намаляване на цветоусещането, по-изразено за синия цвят, загубата на периферно зрение. Но това са изменения, с които можем да се примирим. Налага се само да бъдем по-внимателни в ежедневието си, за да се наслаждаваме пълноценно и на този етап от живота, който също има своите прелести.

Вашият лекар в [www.credoweb.bg](http://www.credoweb.bg)

д-р Елена Мермеклиева  
УМБАЛ "Александровска", София  
ул. "Св. Георги Софийски" 1

МЦ Офта-Невро, София  
ж.к. "Дианабад", ул. "Апостол Карамитев" 7  
0888 89 18 60

Хранителна добавка

# Ginkofol

Ginkgo Biloba 60 mg

С контролирано съдържание на токсичната гинколова киселина - пог 1 ppm

КОГНИЦИЯ  
ВНИМАНИЕ  
ИНТЕЛЕКТ  
ПОЗНАНИЕ  
ИНФОРМАЦИЯ  
ЛОГИКА  
МИСПЕНЕ

ЕСОФАРМ

Екстракт от листата на Гинко Билоба

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

Хранителна добавка

# Hepasave

Екстракт от Picrorhiza kurroa

ЕСОФАРМ

Хепасейв се препоръчва за възстановяване на черния дроб при:

- цироза, стеатозна болест, състояния след остър вирусен хепатит
- при продължителен прием на лекарства, алкохол, неправилно хранене

ЕСОФАРМ

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

Проф. д-р Васил Димитров е началник на Клиниката по алергология и астма в УМБАЛ "Александровска", ръководи Клиничния център по алергология, заместник-ректор е на Медицинския университет, председател на Българското дружество по алергология. Участвал е в 38 многоцентрови международни проучвания, има над 180 публикации, съавтор е на 12 учебника и 8 монографии, автор на четири учебника - по клинична алергология и фамилна медицина. Още като студент е увлечен от съчетанието между клинична и експериментална работа и вижда мечтата си осъществена в Клиниката по алергология - и така е повече от 40 години. Връща се към най-важните уроци на своя учител проф. Костурков:

**Н**аучил съм се от него на състрадателност към пациентите, на отношение, на професионален морал. До голяма степен това съм го научил и от баща ми, който беше известен лекар в провинцията, така че не е било нещо ново за мен, но е било затвърдено по-нататък.

**- Има ли отстъпление от тези базисни за медика принципи?**

- Не бих искал да издавам присъди. И преди е имало такива, които не ги спазват, и сега вероятно ги има. Причините са много, не на последно място е недофинансирането на системата. А и в медиите се изнася повече негативна информация. Непоследици е имало винаги, защото медицината е много сложна наука - първо, и второ - тя изисква много пари.

**- В абсолютно изразение по-скъпо ли е лечението във вашата област, отколкото преди 20 години?**

- Не може да не е по-скъпо, защото навлизат нови технологии, нови изследвания, а и нови заболявания. Медикаментите стават все повече и повече. В България на практика разполагаме с всички медикаменти, които ги има в Европа и в САЩ. Това са модерни, скъпи препарати.

У нас повечето лекарства се компенсират от касата и пациен-

# ИМАМЕ ПОСТИЖЕНИЯ НА ЕВРОПЕЙСКО И СВЕТОВНО НИВО

● С проф. Васил Димитров разговаря Галина Спасова



тите са или минимално обременени, или ги получават безплатно. Необходимо е обаче да станат безплатни или компенсирани лекарствата за такива заболявания като алергичния ринит и уртикарията. На пръв поглед не звучат много страшно, рядко умират хора от тях, но не се отчита, че ако не се лекува, алергичният ринит става бронхиална астма. Хроничната уртикария толкова силно влошава качеството на живот, че според някои то е по-лошо, отколкото при триклоновата коронарна болест.

**- Повечето хора обаче смятат, че алергията не е голяма беда - страдеш и търпиш.**

- Да, преди 15-20 години се казваше точно това, защото от алергия се страда, но не се умира. Аз ще изброя няколко спешни състояния. Първото е тежкият и животозастрашаващ астматичен пристъп. Ако не се вземат мерки, болният може да умре. Другото е анафилактичният шок. Той може да се предизвика на практика от всички медикаменти, включително от ужиливанията от пчели, оси, стършели. Може да се предизвика и от латексови изделия. В областта на медикаментозната алергия има още две спешни състояния. То-

ва са синдромът на Стивън-Джонсън и синдромът на Лайл. Съвсем скоро бе съобщено, че в една от провинциалните болници пациентка със синдром на Лайл едва е оживяла. В САЩ двегодишно дете е получило тежък синдром на Стивън-Джонсън след употреба на ибупрофен. Има още едно състояние, известно като наследствен ангиоедем, при който, ако бъдат обхванати горните дихателни пътища, болният може да умре.

**- Какви са важните постижения в алергологията днес?**

- Те са много и са свързани с напредъка на имунологията и на клиничната алергология. Търси се на генно ниво дали не могат да се профилират тези заболявания, тъй като атопията, която е свърхпроизводство на имуноглобулин, е наследствена, само че генът не е един. Това е мултифакторно унаследяване. Същото важи и за наследствения ангиоедем. Очакват се големи постижения в създаването на моноклонални антитела срещу възпалителните фактори. Това са т.нар. биологични препарати. В момента с доказан ефект е само едно моноклонално антитяло и то се използва широко в алергологията, като се постигат значителни успехи при

тежката бронхиална астма. В напреднал стадий са клинични проучвания за още три или четири моноклонални антитела. Но нещата са сложни. Ако бъде блокирана, една и съща възпалителна молекула може да има успех примерно в ревматологията или в гастроентерологията, но няма успех при бронхиалната астма, макар че там тя също играе съществена роля. Всичко се постига с клинични изследвания, без които не могат да се създадат нови лекарства. А нашата страна все още не ги прави така широко както останалите европейски държави и това до голяма степен се дължи на медийно влияние върху общественото мнение - "да спрем експериментите с пациенти". Това не са експерименти, а строго контролирани от етични комисии, от водещи специалисти процедури. Няма прогрес без такива изследвания.

**- Как се развива вече широко прилаганата имунотерапия?**

- Алергенспецифичната имунотерапия е единственият метод, чрез който се постига модифициране на естествения ход на болестта. Например ако се проведе успешна имунотерапия при алергичен ринит, болният няма оплаквания пет до седем години.

Същото с голям успех се постига с имунотерапията при инсект алергията с отрова от пчела. Успехът е почти стопроцентов.

**- Има ли недостиг на специалисти алергогози на фона на увеличената заболяемост?**

- Има 120 сертифицирани специалисти - смятам, че за населението на България е на границата на достатъчното. В момента в клиниката специализират девет млади хора. Това, което наблюдавам, обаче е доста изненадващо. Тази година за първи път местата бяха два пъти повече от желаещите и не бяха заети. Отдавам го на това, че много новозавършили лекари искат да специализират навън, защото възнаграждението им за специализация, например в Германия, е десет пъти повече. Липсата на средства е причината. А има търсене, защото алергично болните са много. В момента всеки трети е алергичен от нещо. Говори се, че след 20-25 години ще бъде всеки втори. Само бронхиалната астма засяга около 500-600 хиляди души у нас. От алергичен ринит страдат 20 на сто от населението. И тъй като е предшественик на астмата, ако съберем алергичния ринит плюс късната проява на астмата, става милион и половина, към два милиона. Да не говорим за хранителната алергия, за медикаментозната алергия, за уртикариите.

**- Близко ли е времето, когато ще може да се каже еднозначно - алергията е лечима?**

- То и сега може да се каже, защото ние постигаме със съвременното лечение болните да се чувстват като здрави. Но условието е да си спазват предписаното. Стремим се лекарствата да не вредят, да нямат странични действия, да са ефикасни и болният да се чувства добре. Тоест и сега може да се каже, че алергията е лечима. Но трябва да се прави

В България на практика разполагаме с всички медикаменти, които ги има в Европа и в САЩ. Това са модерни, скъпи препарати

разлика между лечение и изкореняване на болестта. И това, което казвам, важи за почти всички болести. Нима от едно от най-честите заболявания, артериалната хипертония, някой може да каже, че е излекуван? Не, той я лекува и близо два милиона и половина българи имат това заболяване и ако си изпълняват съответното лечение, живеят и са трудоспособни.

**- Колко важно е за практикуващия лекар да се занимава и с научна работа?**

- Много е важно, защото иначе той ще остане на нивото на следването си. Неслучайно по-старите лекари казваха, че трябва непрекъснато самообразование, четене. Но това не е научната работа. Тя се практикува главно в университетските болници. И тук стигаме до сериозен проблем - защото те са наравно с другите и са търговски дружества? Повечето колеги смятат, че университетските болници не трябва да са търговски дружества и е редно да получават финансиране и от МОН поради функцията си и на образователни и научни центрове. Нашата клиника е един от примерите за това, че научната работа не е секнала. Звучи гръмка, но имаме някои постижения, които са на европейско и световно ниво. Едно от тях е неинвазивен метод за изследване на степента на възпалението на дихателните пътища. Друго постижение е лечението на хроничната уртикария с повишени дози антихистаминови препарати без странично действие и сме цитирани широко в литературата, публикувано беше в американско списание. Съвсем скоро получих съобщение за цитиране дори от Китай. Така че при нас има съчетание на лечение, преподаване и научни изследвания.

**М**иниинвазивна операция за отстраняване на карцином на белия дроб през разрез с размер 3 см представи пред водещи хирурзи в София д-р Диего Гонзалес Ривас от Университетската болница "Хуан Каналехо" в Ла Коруня, Испания. Това съобщава във видео-интервю за **CredoWeb** проф. Данаил Петров, национален консултант по гръдна хирургия и началник на Клиника по гръдна хирургия в Белодробната болница "Св. София". Той е договорил с испанския си колега още съвместни операции, за да бъдат те усвоени от повече български гръдни хирурзи. Методиката на д-р Ривас е изключително щадяща за пациента. Не се наблюдават постоперативна болка, странични ефекти, каквито обикновено има при отворените операции. Иммунитетът не страда и затова доста по-рано след операцията е възможно да се започне с химиотерапия или лъчетерапия според стадия на заболяването.

След това испанският хирург е оперирал и пациент в УМБАЛ "Св. Георги" в Пловдив. Това съобщава от профила си проф. Пенка Стефанова, началник на Клиниката по детска хирургия там и зам.-председател на

# ОПЕРИРАТ ТУМОР НА БЕЛИЯ ДРОБ ПРЕЗ 3 СМ РАЗРЕЗ



Българското хирургично дружество. Пациентът е 62-годишен мъж. По време на продължилата два часа лапароскопска операция бе отстранена 1/3 от долния лоб на десния бял дроб, където се е намирал тумор с размер 5 см. Тъй като в този случай няма метастази и не предстоят други терапии, се очаква мъжът да бъде изписан до 2-3 дни. В рамките на десетина дни оперираният ще се възстанови и ще може да се върне към обичайните си задължения,

разказа д-р Александър Янкулов от Клиниката по гръдно-коремна хирургия. Той посочи, че при отворените операции, каквито често се правят в България, пациентът бива изписан между 7 и 10 дни след операцията, а възстановяването е едва след един месец.

Методиката на д-р Ривас е изключително щадяща, защото пациентът няма постоперативна болка, липсват и страничните ефекти на една отворена операция, направена през по-

голям разрез. Не се нарушава имунитетът и доста по-рано след операцията може да започне химиотерапия или лъчетерапия в зависимост от стадия на заболяването. Всеки допълнителен разрез води до увеличаване на болката и на хирургичната травма. С метода на испанския гръден хирург се избягва и анестетичната травма, тъй като пациентът не се интубира с ендотрахеална тръба, поясня проф. Стефанова. Това е абсолютно радикална мето-

дика по отношение на карцинома на белия дроб. Оперирал съм над 1000 пациенти, при някои е отстранен целият бял дроб, а при други - само част от него, казва от своя страна д-р Ривас. Той е създал метода през юни 2010 г., но от тогава досега не е спирал да го усъвършенства. Първоначално е започнал операции по стандартния начин - с три малки отвора, после е намалил броя им до 2 и в момента миниинвазивната интервенция се извършва само през един 3-4-сантиметров

разрез. Методът е насочен основно към лечение на карциноми и всякаква патология в областта на белия дроб, също и на медиастина - пространството между двата бели дроба.

Стойността на операцията извън България варира в зависимост от използвания инструментариум, цялостното техническо оборудване на лечебното заведение и уменията на хирурга.

**Потърсете профила на проф. Стефанова в credoweb.bg**

# ГЕНИ И ИМУННА РЕАКЦИЯ В ОСНОВАТА НА ПСОРИАЗИСА

Псориазис е хронично рецидивиращо заболяване, което засяга не само кожата и нейните придатъци (нокти, косми), но и други органи като стави, гръбначен стълб, сърдечносъдова система, пише в профила си в **credoweb.bg** проф. Евгения Христакиева от МБАЛ "Д-р Стоян Киркович" в Стара Загора. На 29 октомври бе отбелязан Световният ден на псориазиса. По кожата заболяването се проявява в различни клинични форми - от леки до умерено или много тежки плакати форми. Могат да бъдат засегнати всички части на кожата, но най-характерната локализация са екстензорните части на крайниците, скалпа, длани, ходила и туловището. Червени инфилтрирани плаки, покрити със сребристобели сквами, понякога сърбящи, причиняват на пациентите тотален дискомфорт и влошават качеството им на живот.



Не е напълно изяснено кое причинява заболяването. Има генетично предразположение. Някои го причисляват към автоимунните заболявания, но все повече се налага мнението, че е автоинфламаторно. Има убедителни доказателства, че генетични и имунологични фактори са водещи в патогенезата. Значение имат и други фактори като стрес, медикаменти или инфекции. Псориазисът може да се появи в различни възрасти, засяга средно около 1% от населението в света. По екватора почти не се среща, ескимоси и индианци не страдат.

Веднъж започнало, заболяването рецидивира и много често остава до края на живота с по-тежки или по-леки прояви. При неправилно лечение като използването на кортикостероиди, особено системните депо препарати, то преминава в много тежки и терапевтично резистентни форми. Когато медицината няма пълно решение за дадено заболяване, хората често търсят помощ от алтернативната медицина. Опитват хомеопатия, фитотерапия, но понякога попадат и на самозвани лечители. Световният медицински опит признава климатотерапията като таласотерапия и балнеотерапията.

**Потърсете профила на проф. Христакиева в credoweb.bg**

# ЗЪБНИЯТ КАМЪК СЕ ЧИСТИ ПОНЕ СЕДМИЦА ПРЕДИ ИЗБЕЛВАНЕТО

Преди години за т.нар. домашно избелване се налагаше да се носят шини у дома в продължение на няколко часа и дори цяла нощ, за да се получи избелващ ефект. Това съобщават от стоматологично студио Венелинов в профила си в **CredoWeb**. Много често обаче се стига до свръхчувствителност в зъбите, затова днес избелването у дома продъл-

жава не повече от един час на ден. Промяна има и в концентрацията на самия избелващ агент (карбамидния прексис). В началото се смяташе, че по-високите концентрации (20%) са по-добри. Днес максималната препоръчителна концентрация е 10%.

При избелването в кабинет се използват специализирани лампи. Процедурите преди бяха

на два етапа по 15 мин, а сега - 2-4 етапа по 10 мин. Целта отново е една - да се намали рискът от поява на свръхчувствителност по време на и след избелването. За да се запази по-дълго време избеленият цвят, след приключване на процедурите се препоръчва т.нар. стабилизиране. За него се изработват шини, подобни на тези за домашното избелване, с които пациентът поставя избелващ гел още 2-4 дни в домашни условия.

Важното при избелването на живи зъби е да се проведе т.нар. реминерализация - процес, при който се ускорява възстановяването на емайла. Почистването на зъбния камък и зъбната плака трябва да става поне 1-2 седмици преди избелването. Така ще намалите вероятността да се появи свръхчувствителност на зъбите.

**Потърсете профила на стоматологично студио Венелинов - Варна в credoweb.bg**



# ДРУЖЕСТВОТО НА КАРДИОЛОЗИТЕ ВЕЧЕ Е В CREDOWEB



Статии и видеопослания за новости в лечението на сърдечносъдовите заболявания можете да откриете в профила на Дружеството на кардиолозите в credoweb.bg. "Ние се опитваме да популяризираме най-новите постижения в областта на кардиологията, да съдействаме за издигане на професионалното равнище на кардиолозите в България", пише там. На профила можете да видите видеоинтервюта с изтъкнати наши специалисти. Новият председател на дружеството доц. Васил Велчев казва, че приоритет по време на неговия мандат ще бъде работата с паци-

ентските организации. Проф. Нина Гочева изтъква значението на клиничните проучвания за регистрирането на нови медикаменти. Така се доказва тяхната безопасност. Никога не е късно да започне лечение на хипертонията, дори ако пациентът вече е над 80 г., посочва от своя страна проф. Светла Торбова.

Проф. Димитър Раев пък изтъква, че само 23% от пациентите с дислипидемия постигат контрол на лошия LDL холестерол. Причините според него са основно две: не се определят ясно таргетните стойности и липса на точна оценка на риска при конкретния пациент. Предписването на статините ставало "на око". Средно 4 г. минават от установяването на артериалната хипертония до започване на лечение, казва още проф. Раев. Тогава при около една трета от пациентите вече има установено увреждане на прицелните органи.

**Потърсете профила на дружеството в credoweb.bg и го последвайте, за да четете новите публикации.**

## ТВОЯТ ЛЕКАР Е ТУК!



**Д-р Яна Симова** е главен асистент в Национална кардиологична

болница и консултант кардиолог в МБАЛ "Доверие". Занимава се с функционална диагностика - ехокардиография (ултразвуково изследване на сърцето), холтер ЕКГ и артериално налягане, телемониторинг, оценка на пациенти със синкоп, стрес тестове и всякакви консултации при сърдечносъдови заболявания. Има 12-годишен опит като кардиолог.

Занимава се с цялостно изследване, диагностика и лечение на пациенти със синкоп (преходна загуба на съзнание, припадък), с телемедицина и телекардиология (позволява постоянно онлайн наблюдение на пациента от разстояние). Има над 100 научни публикации, голяма част от тях в престижни международни издания. Главен редактор е на списание "Кардио Д" и редактор на друго - "МД".

**Потърсете г-р Симова в credoweb.bg**



**Доц. Пламен Кинов** е началник на Клиниката по ортопедия и травматология в

УМБАЛ "Царица Йоанна - ИСУЛ". Акцент в работата върху ендопротезиране на тазобедрена и колянна става. Консултира пациенти от цялата страна в София, а веднъж месечно и на място във Велико Търново и Хасково. Завършва с отличие висше медицинско образование във ВМИ - Плевен през 1995 г., а дисертаци-

ята му е на тема "Асептично разхлабване на тазобедрената артропластика". Председател на Софийски клон на Българско дружество по ортопедия и травматология (БОТА), касиер на БОТА. Членува и в други наши и чужди професионални организации. Доц. Кинов развива активна научна дейност с над 130 научни публикации и множество участия в научни форуми у нас и в чужбина. Специализирал е в Германия, Австрия, Италия и САЩ.

**Потърсете г-р Кинов в credoweb.bg**

### ОТ ФОРУМА НА CREDOWEB

#### ● Пациенти питат, лекарите отговарят

**Въпрос на Мариета Генова:** Синът ми е на 16 години. През юни си усуква коляното и се съмняваха за скъсани връзки. Отказаха ни операция в близките две години, но след повторно пагане се оказва, че е скъсал и странична. Моля за съвет какво да правим и къде.

**Отговор на д-р Роберт Халваджиян, ортопед от Плевен, председател на Българската асоциация по артроскопия и спортна травматология:**

Здравейте, г-жо Генова. Какво изследване е проведено на сина ви? Необходимо е ядрено-магнитен резонанс и клиничен преглед за уточняване на диагнозата. Възрастта в случая не е водеща за по-нататъшното лечение. Очаквам вашия отговор!



**Въпрос на Антон Симеонов:** Искам да попитам за проблем, който може би имат много хора - преждевременната еякулация. Можете ли да ми дадете някакви препоръки за нейното предотвратяване?

**Отговор на д-р Тодор Еров, общопрактикуващ лекар и специалист по проблемите на сексуалното здраве от София:**

Преждевременната еякулация е второто по честота сексуално смущение при мъжете. Нейното лечение се осъществява с определена група медикаменти, техники на притискане и гимнастика, свързана с пубококцигеалната мускулатура.



**Въпрос на Лидия Петрова:** На 28 години съм и искам съвет относно лечението на акне. Боря се с него от 10-12 години. Ходила съм при ендокринолози, гинеколози и кожни лекари, които прилагали различни лечения с антибиотици, кремове и т.н., но без резултат. Има ли изобщо лечение или диагностициране на проблема и последващ резултат, който да е траен?

**Отговор на д-р Ирина Апостолова, дерматолог от Плевен:**

Редно е при акне на тази възраст да се изследват нивата на хормоните тестостерон, дехидротестостерон и андростендион-андрогени с яйчников и надбъбречен произход. Изследването се прави на 3-5-ия ден от менструалния цикъл. Ако има отклонения, може да се проведе лечение с антиандрогенен препарат.

**Въпрос на Василка Блажева:** Имам възпалени венци. Какво лечение трябва да предприема и има ли значение пастата за зъби, която ползвам?



**Отговор на д-р Иван Дошев, специалист по дентална медицина от Пловдив:**

Лечение за възпалени венци има. То се определя от специалист след преглед и включва: отстраняване на зъбен камък и налепи; антибиотична терапия т.е. общо лечение; витаминотерапия; правилен хигиенен режим; правилен избор на четка и паста; почистване - дезинфектиращи разтвори, противовъзпалителни билкови чайове, адстрингентни локални разтвори; локални памучни дренажи, напоени с лекарствени разтвори; периодичен преглед за контрол на почистването на зъбната плака и зъбен камък.

Това е най-съкратен вариант за лечение. Има допълнителни процедури като йонофореза с лекарствени вещества, физиотерапия, лазер и др.

**Своите въпроси към медицински специалисти можете да задавате във форума на credoweb.bg**

## Живите витамини работят бързо и ефективно



**Нина Чолакова** фармацевт  
Аптека „Ванчева“, Хасково,  
бул. „България“ № 77

Пия Живите витамини Live Vitamins и съм много довольна. Те помагат за избягване на досадните настинки. Live Vitamins се приемат много добре от организма и затова работят бързо и ефективно. Имам много пациенти, които редовно си вземат Живите витамини. Това показва едно - хората са довольни, намерили са най-доброто за себе си.

### Live Vitamins

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

### Промоция

**2 бр. + подарък** ▶ **1 бр.**  
Live Vitamins Vitaslim IMMUNO



\* Предложението е валидно при закупуване на специалните промо пакети.

**ТЪРСЕТЕ В АПТЕКИТЕ!**

**vitaslim.eu**



# ПРИРОДНИ ПРЕПАРАТИ В ПОМОЩ НА ХРАНОСМИЛАНЕТО

**Д-р Юлия ГРИГОРОВА,**  
гастроентеролог,  
болница "Лозенец",  
София

**Б**ез да са болни, много хора изпитват дискомфорт и проблеми с храносмилането. Това са функционални нарушения, широко разпространени са и се дължат на различни причини. Може да е заради индивидуална непоносимост към различни храни, може да е алергична, може да е свързана с пол, възраст, генетичен фактор или да е свързано с претоварване на стомаха, с голямо количество разнородни ястия, консумация на груби храни. Най-честите оплак-

вания са подуване, чувство за ситост, без да си се нахранил, след нахранване балониране на корема; чувство за недоизхождане или изхождане на несмляна храна, редуване на запек с разстройство - това са част от симптомите на т.нар. синдром на раздразненото черво. Тук няма диагноза, това е състояние, което е най-често неврогенно, хормонално обусловено или пък се провокира от дразнещи храни.

Повишеното газообразуване има много различни причини. При всички положения е налице повишен ферментационен процес, прекалена консумация на въглехидратни храни или процеси на гниене при бактериален свръхрастеж в кухината система на червата. И в единия, и в другия случай диетичният режим решава въпроса. Понякога, ако се установят спастични участъци, трябва да се повлияе неврогенно на перисталтиката на червото. Където има спазъм, да се ликвидира, където има атония - да се стимулира.

Препоръчваме храненето да е щадящо, без много груба целулоза, да не се прекалява с въглехидратни и газообразуващи храни. Най-често въглехидратните храни и трудносмилаемата целулоза образуват мно-

го газове. Най-добре е храненето да е разнообразно и добре балансирано. Това означава да се приемат и сурови зеленчуци, които да внасят полезните витамини и микроелементите необработени, но същевременно да не се пренебрегват и супи, готвени ястия. Много е важна и обработката - да бъде варено, задушено, на пара или на плоча, да няма пържене, паниране. Много грубата целулоза изисква прищипване на панкреатични и тънкочеревни ензими и предизвиква подуване. Традиционните български ястия със зеленчуци на фурна, като говеца например, киселото мляко, което съдържа готови лактобацили, сиренето - това са много по-полезни храни, отколкото концентрираните готови продукти и полуфабрикати с високо съдържание на мазнини, сол, захар, консерванти, оцветители.

Типът нервна система регулира процесите в организма, има хора, които са склонни към спазми, други пък са със забавен пасаж. Винаги трябва да се изключи някакво специфично, сериозно заболяване, което може да стане само с консултация с гастроентеролог.

При функционалните нарушения започваме със съвети за хранителен режим. При

състояние, което не е болестно, всеки трябва да намери своя подходящ хранителен режим, който най-добре понася. Общовалидно правило е: намаляване на количеството на приетата храна, отказване от обилни късни вечери, ограничаване на алкохола до една-две чаши вино. Прекалената употреба на спиртни напитки също може да доведе до повишено газообразуване или разстройство, редуващо се с констипация. Някои хора разчитат на прием на храносмилателни ензими, които имат своето място при определени заболявания и когато са предписани от лекар, но в аптеките има продукти на природна основа, те са много по-ефективни, без странични въздействия.

Такъв е препаратът "Комфортекс", изготвен на базата на пет доказани индийски билки, които в своята съвкупност имат газогонен ефект, намаляват спазмите. Една от съставките притежава спазмолитично действие. Освен това "Комфортекс" подпомага храносмилателните органи да отделят по-голямо количество собствени ензими, вместо да се добавят отвън, и така да има пълноценно смилане, постигнато по естествен път.

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



Продукт от природата при ПРОБЛЕМИ с ХЕМОРОИДИТЕ

### ФИТО ХЕМОРОИДАЛ-Д

По оригинална рецепта на  
Петър Димков

- Оказва благоприятно влияние при хемороиди, намалява отока и успокоява болката;
- Премахва дискомфорта при дефекация;
- Действа съдосвиващо и кръвоспиращо



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 плюс" ЕООД  
02/953 26 01

В рамките на Националната програма за профилактика на оралните заболявания при децата Министерството на здравеопазването финансира силанизацията ("запечатване", "консервиране") на първите постоянни зъби при малките на възраст от 6 до 8 години. Безплатното поставяне на силанти се извършва от над 500 лекари по дентална медицина в цяла България. Повече информация за програмата е достъпна на интернет адрес [oralprofilaktika.bg](http://oralprofilaktika.bg) Записвания за безплатната профилактика се правят на телефон (също безплатен) 0800 14546. Сроктът е до 20 ноември 2014 г.

Обърнахме се към **д-р Ирена Божидарова**, лекар по дентална медицина в "Юниордент", с въпроси за ефективността от навременната профилактика. С нея разговаря Камен Здравков.

**- Д-р Божидарова, какво налага да се полагат специални грижи за първите постоянни дъвкателни зъби в детската възраст?**

- Дъвкателните зъби се различават от останалите. Тяхната повърхност има множество ямки и фисури (цепнатини), които често са доста дълбоки и трудно се самопочистват по време на хранене. Те задържат хранителни остатъци, а за децата е трудно да ги почистят с четка и паста, защото са разположени в задната част на устната кухина. Затова в тези зони се натрупва зъбна плака, в която се развиват микроорганизми. Те от своя страна образуват киселини, които извличат минерали от емайла и така се развива кариес. Освен това постоянните зъби на децата пробиват с незавършена минерализация. Емайлт узрява в устната кухина едва две години след пробива. През този период зъбите са по-слабо устойчиви спрямо кариес. Това важи с най-голяма сила за силно нагънатата повърхност на дъвкателните зъби. Точно там най-често се развиват първите кариеси.

**- Как детето да се предпази от това увреждане на зъбите?**

- Най-ефективната профилактика е поставянето на силанти. Те се полагат върху дълбоките ямки и фисури на дъвкателните зъби, където образуват тънък, гладък и твърд защитен слой, който представлява бариера между зъба и микроорганизмите в зъбната плака.

**- Доколко ефективен е този метод?**

- Проучванията показват 100% ефектив-

ност в предотвратяването на кариеса на дъвкателните повърхности. Но трябва да се спазят определени условия. Най-подходящият период за поставянето на силанти е до две години след пробива на зъбите. Освен това трябва да се правят периодични контролни прегледи, за да се възстанови при необходимост целостта на положения силант, ако има нарушения в неговата цялост. И все пак, дори и при загуба на част от силанта в течение на времето, зъбите със силанти се засягат по-малко от кариес в сравнение със зъбите, които никога не са били силанизирани.

**- Колко време средно се задържат силантите?**

- Това зависи от вида на самия силант, както и от дълбочината на ямките и фисурите, върху които е положен. Но средно продължителността на задържане е от 2 до 4 години.

**- Защо силантите не се поставят на всички зъби, а само на дъвкателните?**

- Силантите са специално разработени за профилактика на кариеса на дъвкателните повърхности. Те са течни, за да могат да навлязат в ямките и фисурите на дъвкателните зъби. Не е възможно задържането им върху гладките и страничните повърхности на зъбите.

**- Има ли болка при процедурата и вижда ли се след това, че зъбът е обработван?**

- Процедурата не е болезнена, тя не оставя неприятен спомен, детето може да се храни нормално веднага след нея. При говор и смях силантът не се вижда, но може да се забележи, ако човек специално се загледа отблизо. Цветът им е млечнобял. След износването на силантите те не оставят никаква следа върху зъбите.

**- Когато не се извършва в рамките на**

# БЕЗПЛАТНА СИЛАНИЗАЦИЯ НА ДЕТСКИТЕ ЗЪБИ



Д-р Ирена Божидарова

безплатната държавна кампания, каква е цената на силанизирането?

- Между 25 и 30 лв. на зъб, т.е. за обработване на четирите шести зъба цената би била около 100-120 лв. Затова призовавам родителите да се възползват от сегашната възможност за безплатно предпазване на най-уязвимите постоянни зъби на децата си между 6- и 8-годишна възраст и напомним, че тази година е до 20 ноември.

# LACTACARE PLUS

ЗА ДОБРОТО АНТИБИОТИЧНО ЛЕЧЕНИЕ

**Ново!**

Уникална комбинация

- Млечнокисели бактерии (пробиотик)
- Пребиотик
- Витамин B2

От началото на антибиотичното лечение

ВИТАМИН B2

**3 в 1**

МЛЕЧНОКИСЕЛИ БАКТЕРИИ

**LACTACARE**  
Здраве за всеки

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

**Т**ази претенциозно звучаща на български дума означава всъщност нещо доста просто в медицината - съпричастност на пациента към собственото му лечение, стриктно спазване на предписанията на лекаря, изпълнение на препоръките му. Оказва се обаче, че съвсем не е просто болните да бъдат мотивирани да приемат всичките си лекарства в дозите и в сроковете, в които са им предписани. А това води до сериозни проблеми с контрола на заболяванията. При това не става въпрос основно за български, а за европейски и световен феномен. Оказва се, че дори в държавите, където по принцип хората са доста по-дисциплинирани, далеч не всички лекарски предписания се изпълняват стриктно. Дори в Германия едва около 60-70 на сто от пациентите с хипертония

# КОГАТО НЯМА КОМПЛАЙЪНС, БОЛЕСТИТЕ НАПРЕДВАТ

приемат терапията си така, както е изписана. Макар че няма стриктни проучвания, в България този процент сигурно е около 30-40.

**Какви са причините за това?**

□ **Липса на разбиране за същността на най-често разпространените хронични заболявания.** Много от хората не искат да приемат, че хипертонията и диабетът например все още не могат да се излекуват дефинитивно. Тук не става въпрос за вирусна инфекция, която трае една седмица и отминава. Целта на прилаганата терапия е състоянието да се контролира в макси-

мална степен, така че да не настъпят сериозните усложнения. Освен това назначените лекарства трябва да се взимат, независимо дали в конкретен момент артериалното налягане или кръвната захар са високи. Приемът на таблетките от време на време понякога е по-лош дори и от пълната липса на лечение.

□ **Мнението, че ако нищо не те боли, значи си здрав.** Жалко, но не е така. Много са примерите за коварно протичащи процеси, които дълго време не дават каквито и да е оплаквания, докато не доведат до остър срив в организма. Нито високият холестерол боли, ни-

то остеопорозата (преди да настъпят фрактури), нито началните и дори умерените форми на бъбречна и чернодробна недостатъчност. Добрата новина е, че всичко това може да бъде установено при лабораторни изследвания. А лошата - че дори и след доказване на патологичен процес много от хората не приемат, че имат проблем, за който трябва да взимат лекарства. А когато се стигне до тежките фази, често виновни се оказват здравната система, лекарите и всеки друг...

□ **Разсеяност и липса на самодисциплина.** В крайна сметка постоянното забравяне да си

вземеш хапчетата след това ще отнеме много повече време, пари и усилия за справяне с изостреното заболяване. А понякога няма връщане назад...

□ **Опасения от претоварване на организма с "химия".** Интересна теза! Тогава не би трябвало да го натоварваме и с алкохол ( $C_2H_5OH$ ) - чиста химия... Ако говорим сериозно, опасността от лекарствени увреждания, когато терапията е предписана от професионалист, е несравнимо по-малка, отколкото опасността от оставеното без контрол заболяване да ви инвалидизира или убие. Какво от това, че сте си предпазили например черния дроб от някакво странично лекарство действие, ако заради високия холестерол сте развили тежка атеросклероза и сте получили инсулт? Вярно е, че и другата крайност е неблагоприятна за тялото - прием на всякакви лекарства за щяло и нещяло. Но това се оказва

много по-рядък феномен в България. А и хипохондриците обикновено много внимават как живеят, поради което обикновено си остават подвластни основно на психическо напрежение, а не на реални заболявания.

□ **Недоверие в медицината.** Конспиративните теории могат да се приложат успешно във всяка житейска сфера - здравеопазване, хранителна индустрия, енергетика, правосъдие. Особено в България това е добре познато. Но отричането на световно признати подходи в справянето със заболяванията на XXI в. не е довело никого до нищо добро. Както ни се струва неприемливо, че представители на някои религии са готови да жертват деца, но да не им се прелее кръв при инцидент, така е недопустимо да зарежеш здравето си заради мантрата, че всъщност всичко в медицината се прави само и единствено за пари. (ЖД)



Хранителна добавка

## N-Ti-Tuss

Билков сироп при кашлица

**Подпомага отхрачването. Действа благоприятно върху лигавицата на гърлото и дихателните пътища.**

## БЛАГОТВОРИТЕЛЕН БАЛ СЪБРА НАД 18 ХИЛ. ЛВ.



Д-р Неделя Щонова и проф. Любомир Стойков

Снимка Божидар МАРКОВ

В края на октомври в столичния Kempinski хотел Зографски се състоя традиционният Есенен благотворителен бал, организиран от Фондация "Св. Иван Рилски". Целта бе набиране на средства за безплатни зъбни протези за възрастни хора и за осигуряване на силиконови импланти на жени с карцином на гърдата.

Каузата на фондацията подкрепиха изпълнителите Силвия Кацарова, Теди Кацарова, Биляна Добрева и Нелина. Водещи на събитието бяха Гери Дончева и Драго Драганов.

Сред гостите бяха д-р Неделя Щонова, Нана Гладуиш, проф. Любомир Стойков, Ирен Онтева, Капка Амзина със съпруга си Явор Цаков, Паолина Петракиева, дизайнерката Росица Рангелова, Зики Байрам, Панайотис Капанакис, д-р Емил Бардаров, д-р Петър Велев и др.

Най-скъпо продаденият предмет в търга беше картината "Исус Христос" на Ставри Калинов на цена 3100 лв.

Вечерта събра 18 726 лв. - от дарителските куверти на гостите на стойност 100 лв., от продадените предмети в търга, дарителската томбола и от отделни дарения.

От 2012 г. до днес Фондация "Св. Иван Рилски" е реализирала пет благотворителни инициативи в Плевен и София. Със събраните средства са поставени 369 зъбни протези на социално слаби хора, финансирани са пет операции на жени с карцином на гърдата.

**ЕСОФАРМ**

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



# ГРИПЪТ Е НАЙ-ТЕЖЪК ПРИ ДЕЦА И ВЪЗРАСТНИ

● С д-р Ангел Павлов, ВМА, Клиника по пулмология и фтизиатрия, разговаря Камен Здравков

**Д-р Павлов, каква е причината малките деца, възрастните хора и хронично болните да изкарват по-тежко грипа?**

- Грипът е едно от най-често срещаните остри инфекциозни заболявания, което засяга хората във всички възрасти. Но грипът може да протече особено тежко при децата и възрастните, защото в първите години от живота имунитетът все още не е зрял и напълно изграден, а в третата възраст и при хронично болните често има отклонения в имунитета заради естествените дегенеративни процеси или подлежащите хронични заболявания. Характерно за двете полярни възрастови групи е опасността от бързо влошава-

не на общото състояние и нарушаване на основни функции на организма. Точно затова при децата и при старите хора трябва да се провежда активна имунизация преди началото на грипния сезон. Това важи с особена сила за пациентите с хронични белодробни, сърдечносъдови, ендокринни и бъбречни заболявания.

**- Все още има хора, които смятат, че чрез ваксина срещу грип "ще объркат и изнежат" имунната си система. Оправдани ли са такива страхове?**

- Определено не! Напротив, ваксинацията срещу грип всъщност изгражда имунната система и подготвя имунитета на дадения организъм за среща с грипния вирус. Важно е да помним, че заради чес-

тата промяна на грипните антигени всяка година ни поразяват различни грипни вируси. Това налага ваксините всяка година да са различни и да са съобразени с конкретните щамове, които се очаква да причинят епидемия. За съжаление няма как да се ваксинираме срещу грип еднократно и това да ни предпазва години наред.

**- В рамките на сезона до кой момент може да се прави ваксинация срещу грип?**

- Обичайно организъмът има нужда от две до четири седмици след поставянето на ваксината, за да изгради антителата, които са необходими за борбата с грипния вирус. Затова ваксинацията трябва да се прави през есента - от септември до ноември. Най-често грипната

епидемия при нас настъпва през януари. В САЩ например правят ваксинации през цялото време. Въпросът е, че ако се направи малко преди или по време на епидемията, организмът няма да е готов.

**- Може ли с нещо да навреди, ако си направиш по-късно ваксина и след няколко дни се заразиш от грип?**

- Не, няма да навреди, просто ваксината няма да е така ефективна, както, ако е направена навреме.

**- Как човек може да различи дали е заболял от грип или от друга респираторна инфекция?**

- Характерно за грипа е остро началото, силно влошеното общо състояние, много висока температура, болки по ставите и мускулите

на цялото тяло, както и болки в очните ябълки. Обичайно другите респираторни инфекции не протичат така остро и тежко.

**- Какъв е правилният подход при заболяване - как да започне лечението, в кой момент да се посети лекарят?**

- Съвременното лечение на грипа е със специфични противогрипни препарати, които трябва да бъдат предписани от личния лекар. Въпросът е, че за да са максимално ефективни, те трябва да се започнат максимално рано. Затова съветвам хората да отиват на преглед до 24 часа след началото на симптомите. Преди това могат, разбира се, да приемат симптоматични средства срещу температурата и болките.

**- Имат ли място антибиотиците в началното лечение на грипа?**

- Не, те не са показани в началния етап на заболяването! Антибиотици се предписват само при установени бактериални усложнения.

**- Кои са най-честите усложнения и кога се налага болнично лечение?**

- Усложненията могат да са от по-леки до изключително тежки - от отит, ангина, трахеобронхит до пневмония, миокардит, перикардит, менингит, менинго-енцефалит. При тежките усложнения болничното лечение е задължително. Но за да не се стига до тях, трябва да се прави профилактика на грипа с ваксина.

## МАГНЕЗИЯТ - МАЛКО ПОЗНАТ, НО МНОГО ВАЖЕН МИНЕРАЛ

Магнезият участва в около 300 биохимични реакции в организма. Помага за поддържане в нормално състояние на функцията на мускулите и нервите, важен е за състоянието на имунната система и здравината на костите, участва в енергийния метаболизъм и синтеза на протеини в тялото. Важна е ролята му в превенцията и борбата срещу сърдечносъдовите заболявания и диабета.

Магнезият се абсорбира от тънките черва, транспортира се чрез кръвта до клетките и тъканите и се отделя чрез бъбреците. Ето защо състоянието на храносмилателната система и бъбреците е възлово за способността на тялото да го абсорбира.

Много стомашно-чревни заболявания могат да изразходват запасите на тялото от магнезий, което в екстремни случаи може да причини магнезиева недостатъчност. Ранни симптоми са загуба на апетит, гадене, изтръпване, мускулни контракции и крампи, слабост, диария. При задълбочаване на проблема следват обилно повръщане, изтощение, вкочаненост, припадъци, резки промени на настроението, причинени от прекомерна електрическа активност



на мозъка, неравномерен сърдечен ритъм, коронарни спазми. Тежката магнезиева недостатъчност може да доведе и до ниски нива на калций или калий в организма. Много от тези симптоми са общи и могат да се появят и при други здравни проблеми, така че лекарят трябва да реши има ли нужда от допълнителен магнезий, или не. До магнезиева недостатъчност могат да доведат и някои медикаменти като диуретици, антибиотици и лекарства срещу рак.

Групите хора, за които е препоръчително допълнителното приемане на магнезий като добавка, са:

- **страдащите от диабет** (заради хипергликемията има увеличена загуба на този минерал чрез урината);

- **алкохолиците** (при 90% от хората, прекаляващи с алкохол, има намаляване с 30 до 60% на нивото на магнезий в кръвта);

- **възрастните хора** (заради промени в бъбречната функция, а и много от тях приемат медикаменти, които допълнително намаляват нивото му);

- **бременните жени** (нормалното ниво на магнезий по време на бременност предпазва от ненавременни контракции, намалява риска от преждевременно раждане, помага и за бъдещото изграждане на здрави кости и зъби на детето).

### ЗАЩИТЕТЕ ВАШЕТО СЕМЕЙСТВО

**INFLUVAC®** е противогрипна ваксина, която може да защити Вас и Вашите близки срещу трите основни грипни щамове, определени от Световната здравна организация за предстоящия есенно-зимен сезон.

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

Ваксинацията предпазва от вирусно заболяване!  
Преди употреба прочетете листовката!  
Съветваме за индивидуално или двойно (по показания) приложение. Подходяща за възрастни и деца над 6-месечна възраст.  
"Инфлувак" е защитна ваксина, произведена от Abbott Group of Companies.  
За повече информации: Алтон Продавци ЕООД, София 1106,  
тел.: 02/955 11 11, факс: 02/95 35 100  
WWW.ABBOTT.BG

**INFLUVAC®**

**Abbott**  
A Promise for Life

# НЕДОСТИГЪТ НА ПРЯСНА ВОДА - ЗАПЛАХА ЗА ЧОВЕЧЕСТВОТО

В развитите страни водата се възприема като даденост, но в Третия свят хората водят ежедневна борба за чаша прясна вода. Проблемът с недостига на вода ще стане още по-голям заради климатичните промени и увеличаването на населението в света. ООН прогнозира, че до края на века населението на планетата ще достигне 11 милиарда души. Над 2 милиарда вече изпитват последиците от осъдицата на питейна вода, а в същото време огромни количества от безценната течност се

прахосват. Проблемът с бедността не може да бъде решен без вода и канализация, каза известната филмова звезда и филантроп Мат Деймън, който основа организацията Water.org. Той подчерта, че на всеки 20 секунди от обезводняване умира по едно дете под 5-годишна възраст. По данни на неговата организация липсата на вода, канализация и хигиена убива 3,4 милиона души всяка година и 99% от тях са от развиващия се свят. Много хора от Третия свят нямат тоалетни, което застрашава здравето им. Особе-

но на жените и момичетата, които според местните социални норми трябва да изчакват да се стъмни, за да се облекчат. Организацията на Мат Деймън работи за снабдяването с прясна вода и за изграждане на канализация на стоици общности в Африка, Южна Азия и Централна Америка. Тя е предложила програма за микрофинансиране, наречена WaterCredit, която дава малки заеми на домакинства в тези страни за изграждане на основни хигиенни съоръжения.

Учените ще се нуждаят от по-добра оцен-

ка за наличното количество вода и за необходимите инвестиции за изграждането на ефективна водна инфраструктура, за развиването на земеделски техники в целия свят, при които се пести вода. Но дори и тези мерки няма да са достатъчни. Някои страни в света може би трябва напълно да спрат производството на водолюбиви култури и да предоставят тази възможност на страни с по-големи водни запаси.

Много вода се хаби за поливане на тревните площи в градовете. Някои от тях са засаде-



ни с местни треви, които си растат естествено, но в повечето площи пред къщите се отглеждат растения, които не са приспособени да виреят в района и за да изглеждат свежи, изискват обилно поливане. При нарастващата необходимост от пестене на вода ще се наложат промени в озеленяването. Например жителите на особено сухите райони може да аранжират дворчетата си с кактуси и камъни или да сменят тревите, които пият много вода,

с местни сортове. В момента много се разчита на пречистената отпадъчна вода, която съществено може да облекчи проблема. Става въпрос за водата, с която сме измили зъбите си, зеленчуците или сме пуснали от канчето на тоалетната. В момента в Съединените щати се пречистват 70% от отпадъчната вода, но само 4% от нея се използват. Тази вода не става за пиене, но може да се използва за поливане. (ЖД)

## Paracetamol Ecopharm

Парацетамол

### Добрият избор на парацетамол!

A50/07.03.2013

- При повишена температура
- При простуда и грип
- При болка от различен произход



Лекарствен продукт без лекарско предписание за възрастни и деца над 6 години. Съдържа парацетамол. Преди употреба прочетете листовката.

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



## ИЗПОЛЗВАМ „СИРИУС-Д“ ПРИ ПАЦИЕНТИ С ТЕЖКИ БОЛЕСТИ

Д-р Петър Петров,  
гастроентеролог, кмн

Самият аз боледувах дълго от гастроезофагеален рефлукс, с разязвявания в храносмилателния тракт. Нищо не помагаше. Докато не започнах с продукта "Сириус-Д". Раните и язвите изчезнаха, до 2 месеца рефлуксът затихна, сънят ми се успокои. Започнах да използвам тази суперхрана при лечението на много мои пациенти успоредно с прилагане на класическата медицина. Има незаменен ефект при сраствания след операции. Гранулозно-фиброзната тъкан се резорбира, възстановява се съединителната тъкан. А защото тя е навсякъде, ефектът е за целия организъм. "Сириус-Д" помага при ерозивен гастрит, улцеро-хеморагичен колит, язви - премахва всички видове рани. Имам много описани случаи на подобрение след 3-4 месеца прием: например с пациент със загнила горна челюст, определен за кюртаж след 6 месеца. Приемал храната "Сириус-Д" заради очни проблеми - перде и дегенерация на ретината. Оказва се, помогнала е на зрението, но и за възстановяване на челюстта. Жена на пенсионна възраст прибегва до лечебната храна заради гонартроза. Ефектът е възстановяване на хрущялната тъкан на всички стави - колена, таз, гръбначен стълб. Успоредно се получава отпушване на кръвоносните съдове, кардиолозите го констатираха с изненада. Документирал съм и случаи на невероятен резултат - само след 7 месеца прием при колега - лекарка със заболяване множествена склероза. Както и при хора с чернодробни проблеми - цироза, стеатоза, стеноза. Тази храна е незаменима при шипове и кисти, влияе добре и при диабет, и при паркинсон.



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

Доц. д-р Димитър  
ПОПОВ

# РЯПАТА - ЗЕЛЕНЧУКЪТ С ЦЕНА НА ЗЛАТО

Ряпата е една от най-древните зеленчукови култури, отглеждани от човека. Съществуват сведения, че нейното култивиране е станало преди около 40 столетия. За родина на ряпата се приемат земите на Централна Азия и Средиземноморието. Предвид нейните добри засищащи и отлични профилактични качества в продължение на столетия тя била основната храна на робите в древния Египет, древна Гърция и Персия. В древния Рим социалният статус на ряпата в известна степен пораснал, тъй като тя се превърнала в масова храна на простолюдието. Високата урожайност и лесното отглеждане предопределили изключително широко й разпространение из цяла Европа.

Печена, варена, задушена и сурова, ряпата познала стотици кулинарни превъплъщения в различните страни на света.

Ряпата (*Brassica rapa*) е едногодишно или двугодишно растение от семейство Зелеви (*Brassicaceae*) или Кръстоцветни (*Cruciferae*). През първата година развива кореноплод, а през втората се формира дълго стебло, на чийто край през пролетта се появяват множество ситни жълти цветове. Семената са сферични, червено-кафяви, разположени в дребни шушулки. През годините по пътя на селекцията са получени множество разновидности на ряпата, отличаващи се както по формата и цвета на кореноплода, както и такива, при които той е оцветен в бяло, жълто, червено, виолетово, черно и т.н. При някои сортове, като японския дайкон, кореноплодите достигат до 16 кг.

В годините на Великите географски открития в края на XV и началото на XVI век с появата на картофите ролята на ряпата като основна храна на населението на Европа и други райони на света намаляла съществено.

Профилактичните качества, т.е. способността на ряпата да противодейства на редица заболявания - на храносми-



лателния и дихателния тракт, простудни, ставни и др., познати още от древността, станаха повод за задълбочени изследвания на състава на този зеленчук, загубил значително своите предишни позиции на трапезата на съвременния човек. И напразно, защото се оказва, че

**ряпата съдържа редица изключително ценни за човешкия организъм съставки, някои от които просто уникални.**

Сладникавият й вкус се дължи на съдържащите се в нея въглехидрати (приблизително 8 г), основна част от които (около 6 г) са прости, лесноусвоими - монозахариди и дизахариди. Съдържанието на скорбяла е около 0,3%, а на растителните влакнини (около 40% от които - разтворими) - до 2%. Белтъчините варират от 0,7 до 1,5%, в които са представени на практика всички важни за човешкия организъм аминокиселини, между които осем незаменими. Съдържанието на липиди е ниско - до 0,1%. Сред тях преобладават полиненаситените мастни киселини омега-3 и омега-6 в съотношение приблизително 3:1. Количеството на органичните киселини съставлява около 0,1%. Ряпата съдържа редица важни витамини - А, В<sub>1</sub>, В<sub>2</sub>, В<sub>3</sub>, В<sub>5</sub>, В<sub>6</sub>, С, Е и К. По съдържание на витамин С тя превъзхожда около два пъти това в "шампиони" като лимони, портокали и главесто зеле. Тя е добър източник на редица ценни минерали - натрий, калий, калций, магнезий, желязо, мед, цинк, манган, сяра, фосфор, селен, йод и др.

**В нея са открити мощните антиоксиданти - каротеноидите бета-каротен, лутеин и зеаксанти.**

В края на миналия век беше установено, че в ряпата и другите зелени култури се съдържат особена група сяросъдържащи вещества, т.нар. глюкозинолати, на които се дължи техният парлив и леко нагарчащ вкус. Глюкозинолатите са биологично неактивни, но при нарушаване целостта на въпросните зеленчуци се отделя специфичен ензим - мирозиназа, под действието на който те се превръщат в две групи вещества с изключително висока биологична активност - изотиоцианати и индол-3-карбиноли. От изотиоцианатите най-активни и най-добре изучени са две вещества - сулфорафан и фенилетилизотиоцианат. Особено високо е тяхното съдържание в бялата и черната ряпа. По категоричен начин е доказано, че изотиоцианатите имат изявено антиканцерогенно действие, в т.ч. и противодействие на развитието на метастази. Наред с това съвместно с индол-3-карбинолите изотиоцианатите способстват за детоксикацията на организма. В т.нар. "груба" детоксикация основна роля играят индол-3-карбинолите, които

**обезвреждат токсичните вещества, попаднали в черния дроб.**

От своя страна изотиоцианатите провеждат "ювелирната" детоксикация, активирайки редица собствени ензими на човешкото тяло, които обезвреждат опасните вещества и ги извеждат

извън него. В рамките на това си действие те способстват за увеличаване на нивото на мощния вътреклетъчен антиоксидант глутатион, който играе основна роля в борбата срещу стареенето на клетките и протичането на дегенеративни процеси в човешкия организъм. За съжаление топлинната обработка в значителна степен инактивира мирозиназата, поради което на практика се блокира нейното ензимно действие. За щастие чревната микрофлора също разполага с необходимия биохимичен арсенал, благодарение на което и след топлинна обработка зелените култури и особено ряпата продължават да са отличен източник на двете групи уникални биологично активни вещества.

Неотдавна американски учени установиха, че през деня съдържанието на глюкозинолати в представителите на фамилията Кръстоцветни, които те използват за борба с външните вредители, е няколко пъти по-високо, отколкото през

нощта. Ако обаче и след откъсването се съхраняват в условия, при които продължава да се следва естественият цикъл светло-тъмно (дори и при изкуствено осветление), ряпата и родствениците й по права линия (броколи, цветно и главесто зеле, колраби) запазват още няколко дни този ритъм. Интересни наблюдения сочат, че

**редовната консумация на ряпа и други представители от семейство Кръстоцветни води до ниски кръвни нива**

на аминокиселината хомоцистеин, която е сериозен рисков фактор за развитие на сърдечносъдови заболявания и на старческо слабоумие. Благодарение на своя уникален състав ряпата е полезна при заболявания на черния

дроб, храносмилателния тракт и захарен диабет, способства за нормализиране на обмяната на веществата, има диуретично и бактерицидно действие, предпазва от жлъчнокаменна болест и т.н. Варената и пасирана ряпа, самостоятелно или в смес с гъша мас, се препоръчва като ефективно външно средство при подагра.

Особено ефективен е сиропът от черна ряпа, който има бактерицидно и имуностимулиращо действие и е отлично средство срещу кашлица. За приготвянето му в ряпата се издълбава дупка с обем около 50 см<sup>3</sup>, в която се поставя една лъжица захар или мед. След разтварянето на захарта (меда) полученият сироп се изпива, а "реакторът" отново се зарежда. Краткият разказ ще завършим с припомнянето на една древногръцка легенда, в която се разказва за това как попитали покровителя на изкуствата и лечителите Аполон каква е цената на ряпата, а той отговорил, че струва толкова злато, колкото тежи самата тя.

gpopov\_bg@yahoo.com

**Най-интересните статии на доц. д-р Димитър Попов, публикувани във в. "Животът днес", са събрани в книгата "Мантри за здраве и дълголетие", която се разпространява от книжарниците "Хеликон".**

## БЪРЗА ПОМОЩ ЗА СТАВИТЕ!

Възпалението - огънят в тъканите на тялото - се характеризира със зачервяване, затопляне, отичане и болка и това е първата ни защита срещу инфекции, дразнение или нараняване.

Болката и възпалението при дегенеративните ставни заболявания могат да бъдат облекчени с продаваните без рецепта средства, като болкоуспокояващите и нестероидните противовъзпалителни лекарства. Тези средства обаче имат сериозни странични ефекти.

**Перфектната формула при болка и скованост на ставите се казва OsteoMove**

OsteoMove осигурява пълната гама хранителни вещества, които намаляват хроничното и остро възпаление и подпомагат възстановяването на ставите и съединителната тъкан. OsteoMove включва основни съставки като глюкозамини, хондроитин и метилсулфонилметан (МСМ). Продуктът предлага и комплекс от 7 плодови концентрата със силен антиоксидантен ефект, както и екстракти от босвेलия и куркума. С добавени колаген и хиалуронова киселина.

**Тази бързо действаща формула дава резултати само за една седмица!**

**Ползи за здравето от OsteoMove**

- Облекчава бързо хроничните болки.
- Намалява риска от поява на възпалителен артрит.
- Забавя увреждането и деформацията на ставите.
- Подобрява здравето на ставите в дългосрочен план.
- Ускорява подновяването и възстановяването на ставния хрущял.
- Блокира вредното въздействие на свободните радикали върху клетките в ставите.

OsteoMove е произведен от Natural Factors - Производител №1 на хранителни добавки в Канада. Носител е на награда от Канадската асоциация за здравословни храни CHFA за високи постижения в сферата на здравословните храни.

**OsteoMove се предлага в разфасовка от 120 каплети. Опаковката е предвидена за пълен курс от два месеца. Предлага се на цена около 68 лв. или по 1,13 лв. на ден!**

**Търсете в аптеките! Повече информация на [www.revita.bg](http://www.revita.bg) и на тел. 02 953 64 16 16**



Тина БОГОМИЛОВА

Стволовите клетки са новото оръжие в козметиката срещу стареенето. Самата кожа ги има, но с годините количеството им намалява и бръчките атакуват. Наричат ги още и "умните клетки", тъй като са естествената регенеративна система на организма.

**Р**астителните стволови клетки в разкрасителните тубички се рекламират като един от супер чудодейните еликсири за младост.

Най-популярни са ябълковите стволови клетки. Откриването им е свързано с швейцарски сорт, чиито плодове, веднъж откъснати, остават свежи и гладки с месеци. Но пък били много кисели и не ставали за

# РАСТИТЕЛНИ КЛЕТКИ СА ЕЛИКСИР ЗА МЛАДОСТ

ядене. Научни изследвания обаче разкриват, че издръжливостта на плодовете се крие в необикновените им стволови клетки и решават по лабораторен начин да ги възпроизведат, за да ги използват за козметични и подмладяващи терапии. Съставката е наречена phytocelltec malus domestica. Екстрактът от

фитостволови клетки на ябълка осигурява гладка кожа без хирургичен лифтинг, действа като антибръчков филър и запълващ активатор, увеличава синтеза на колаген, притежава фотозащитен ефект срещу свободните радикали и вредните слънчеви лъчи. Сред почитателите на козметика с растителни стволови

клетки от този рядък сорт ябълка е първата дама на САЩ Мишел Обама.

В България също вече се предлагат продукти с подмладяващия швейцарски плод, но цените тръгват от 80 лева нагоре.

Антиейджинг индустрията залага и на други екстракти от стволови клетки, като от гроздето, признато за един от най-

мощните природни антиоксиданти, който защитава клетките от естественото стареене.

За стягане на кожата, възстановяване на нейната еластичност, гладене на бръчки и тонизиране се използват и екстракти от еделвайс, морски копър, арган, планинска роза и гардения. Попадайки в кожата, фитостволовите клетки стимулират синтеза на собствени стволови клетки и ускоряват неколкостепенно регенеративните процеси в нея. Те повишават потенциала на епидермиса за обновяване и преструктуриране, а кожата получава супер защита.

Козметиката с растителни стволови клетки е предпочитана от козметолози и дерматолози, тъй като по естествен път се възстановяват, подмладяват и регенерират тъканите. Затова и растителните стволови клетки попадат в най-различни тубички и шишенца за подмладяване. Ексфолиантите са подходящи за всички типове кожа, тъй като премахват повърхностните рогови клетки, обновяват кожата и спомагат за производството на колаген. Предлага се и клетъчен активатор, който прониква дълбоко в дермата и засилва клетъчното обновяване.

Регенериращите кремове с растителни стволови клетки подхранват и най-проблемната кожа, като я защитават от свободните радикали. Серуми освежават позавехналата кожа, а гелове гладят фините издънки около очите и премахват тъмните кръ-

гове. Създаден на основата на растителни стволови клетки е и удължител за мигли, чиято цена е над стотачка.

Обикновено тази козметика е почти изцяло с натурален произход и тъй като съдържа умните клетки на полезни продукти, не е по джоба на всеки. Все още са малко утвърдените марки.

Козметичните студия също предлагат подмладяващата терапия. Тя включва отстраняване на мъртвите клетки и замърсявания на лицето с пилинг гел, съдържащ фитостволови клетки, който помага за по-дълбокото проникване на активните съставки в кожата. После се нанася лифтинг маска с умните растителни клетки. Накрая ръчно, с ултразвук или ионофореза, се вкарва ампула със същите съставки. Терапията обикновено завършва с нанасянето на матиращ крем, който също е с растителни стволови клетки.

Препоръчва се веднъж в седмицата, а продължителността е от 6 до 8 процедури. Еднократната терапия е около между 80 и 100 лева, но при повече от едно посещение има различни отстъпки. Сайтовете за колективно пазаруване често пускат оферти между 10 и 20 лева, но цената е само за едно посещение.

Стволовите клетки са поредният арсенал в битката срещу стареенето. Но въпреки това кремче за вечна младост все още не е измислено. Козметиката помага да се опънат бръчките, но винаги заедно със здравословен начин на живот.



НОВО

Природен антиоксидант

Мощно действие!

Resvirol



Неутрализира свободните радикали,  
образуващи се в организма

Подпомага нормалната функция на сърцето, черния  
дроб и кръвоносните съдове

Екстракт от корени на японска пача трева

Произведено от:  
Alfa Vitamins Laboratories, Inc, САЩ

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

ECPHARM

Хранене  
и Здраве

Включете се в образователната програма  
"Хранене и Здраве", за да научите от най-добрите  
специалисти всичко за балансиран  
хранителен режим!

**Модул I** Въвеждане в науката за здравословното хранене в рамките на жизнения цикъл  
15-16 ноември, зала 255, СУ "Св. Климент Охридски"

**Модул II** Хранителна превенция и диетотерапия на съвременните болести  
29-30 ноември, зала 255, СУ "Св. Климент Охридски"

Пълната програма и задължителната регистрационна форма за участие  
можете да намерите на [www.hraneneizdrave.info](http://www.hraneneizdrave.info).  
Без такса участие. Местата са ограничени.

"Хранене и здраве" е съвместна програма на Медицински факултет на СУ "Св. Климент  
Охридски", Българско дружество по хранене и диететика и Кока-Кола ХБК България.

Как ли изглеждат домовете на хората, които твърдят, че никога не чистят? Зарити в носени дрехи и картонени кутии с остатъци от храна? Нищо подобно! Вижте избора на практичните, които не се съгласяват да робуват на битовизмите и са господари на свободното си време.

При влизането в дома си подредените хора оставят на закачалката само връхната си дреха, а останалите якета, спортни и сезонни дрехи са прибрани в шкафа. Те почистват и прибират обувките, ако на следващия ден ще са с други, а това отнема само няколко минути.

Те харчат малко време и усилия за разтребване на дрехите, защото вечер, когато обличат пижамата, сортират за минутка носеното през деня. Бельото и ризите отиват в коша с прането, а костюмът се изтупва и прибира в гардероба. Тогава подредените изваждат и облеклото за следващия ден, за да не се лишат от сладкия сутрешен сън. Хвърлените на пода дрехи и чорапи са в арсенала на лентяите и зле възпитаните, които никой не толерира, особено приятелките и младите съпруги.

Практичните са озаптели истеричното пот-

ребление и не купуват като за последно: кой има нужда от три навигации за колата или четири рендета за кашкавал? Както изхвърляме от гардероба и шкафа за обувки нещата, които не сме носили повече от два сезона, така можем да опразним жизненото си пространство от всичко ненужно. Вещите, които вече не са ни необходими, можем да продадем, подарим или предложим на хора, които биха ги ползвали. Мнението, че материалните притежания ни правят съществени хора, има тежест само в очите на тези, които също нямат с какво друго да се похвалят.

Проблема с купищата списания, вестници и всякакви бумажки върху шкафове и по пода подредените решават много лесно. Периодичните издания, които вече са прочетени, отиват при колеги и роднини, които също биха ги прегледали. Или се изхвърлят сортирани в контейнери-

# Жилище за мостра



те за рециклиране, заедно с ненужните рекламни брошури и диглани. Фактурите за комунални разходи и уведомления от банки и застрахователи се сортират и прибират в отделни папки. Извън договорите, които се пазят на определено място, всичко останало може да се рециклира най-много на три години. И най-вече - не купувате нови вестници и списания, докато

не сте разкарали старите. Пак опираме до дисциплина, нали?

Хората, които никога не посвещават ден на чистене, не търпят и претрупани спални. Декоративните възглавнички и тежките кувертюри

**Още един полезен навик: Връщайте книгите, дискове, аксесоарите там, откъдето сте ги взели. Така в края на седмицата няма да се чудите откъде да почнете с подреждането, а и няма да изпаднете в истерия, ако звъннат неочаквани гости.**

не само искат редовно изтупване и даване на химическо чистене. А колко прах събират джунджуриите по етажерките! Те поглъщат време и усилия, за да бъдат в ред: а колко по-лесно е сутрин само да опнем и подредим завивките и възглавницата! Смяната на бельото, почистването на пода и избърсването на прах отнема само няколко минути.

Подредените хора имат още едно прекрасно качество: без да стават роби на дома си, те почистват след вечеря падналите на пода трохи или петната по кухненския плот. Те също така не натрупват чинии в мивката, защото са "скапани от умора". Измиването след вечеря на две чинии не е убило никого, няма да убие и вас! Те не чакат да стане неделя, за да хванат парцала.

**Полезно:** За едно домакинство са достатъчни кофа за миене с микрофибрен моп и малка прахосмукачка, която ползвате като модерна метла. Ако 2-3 пъти седмично почиствате по малко - прах по мебелите, после - бањата, неделният ви ден ще е свободен!

## Игва цветната полиция!

Изборът на цветовата гама въкъщи влияе пряко на настроението и енергията ни. Затова, когато започнем ремонт, една от първите ни задачи е да изберем основните тонове и нюансите за стените. Ето какво ни съветват интериорните дизайнери за максимален комфорт и уют в отделните помещения:

Кухнята е най-активната точка в дома, а често там е и масата за хранене. Най-приятният и подходящ цвят за нейните стени е жълтият. Той е слънчев, весел и ободряващ. Изберете светъл и мек нюанс като лимоненожълто, за да се възприема лесно.

Най-лошият избор за кухнята е наситеното синьо. Той убива апетита и отблъсква от храната. Затова се използва при диети - ако си сипвате в синя чиния или сложите синя крушка в хладилника, ще ядете доста по-малко.

Има цветове, които могат да направят визуално пространството в дома ви по-голямо. Те са от "студената" гама - лилаво, синьо, зелено. Те карат мебелите и предметите да изглеждат по-отдалечени. Обратно, топлите цветове като червено, оранжево и яркочерно правят стаята да изглежда по-малка, тъй като приближават обектите.

Идеалният цвят, който можете да изберете за кабинета си или стаята, където учите и работите, е тъмнозеленото. За концентрация е предпочитан цветът на ловджийските дрехи.

В стандартното строителство таваните съвсем не са високи като във френски замък. Затова много хора предпочитат да имат "повече въз-

дух" в стаята, като открийт тавана с по-светъл нюанс от стените, но не снежнобяло.

С течение на времето съвременните бои не остаряват и не променят нюансите си, както това се случваше преди. Те имат най-различни съставки, но се влияят много от светлината - естествена и изкуствена.

**Практична идея:** При избора на боя не се ограничавайте само с мострената палитра - там цветът е отпечатан върху картон. Изберете един нюанс по-светъл от желаното. Помолете в ателието, където ще миксират боите ви, да ви дадат мостри на реалната боя върху парче хартия или гипскартон. Запелете ги към стените, които ще боядисвате, и 2-3 дни ги наблюдавайте в различните части на деня. Когато установите как поглъщат и отразяват светлината, ще изберете по-лесно цвят за стените. Следващата стъпка са таваните.



## Домашно фотостудио

Статив, светкавица и прозорец - това ви е необходимо, за да си направите евтини и отлични снимки въкъщи.

Добрата снимка е съвкупност от много елементи, затова колкото по-малко са заети ръцете ви, толкова повече ще можете да мислите за съдържанието ѝ. Стативът ви дава възможност за по-дълга експозиция и за по-голяма свобода при постигането на идеалния кадър. Самите стативи не са скъпи и временно могат да се заменят от купчината книги, но това е несериозно, ако смятате да се развивате като фотограф. За снимане от ръка скоростта ви трябва да е 1/60 или по-висока, за да не се отрази на кадъра.

Прозорецът ще бъде основният ви източник на светлина, затова ситуируйте импровизираното си студио в близост. За предпочитане е тя да е мека, защото по-чувствителните камери ще го усетят. Ако е много остра и пряка, ползвайте тюлено перде за заглушаването ѝ. Ако нямате, изберете за снимки отрязък от деня, когато слънчевото греене не е така директно. Снимайте откъм осветената страна, освен ако не търсите допълнителни ефекти. За основа могат да ви служат маса, шкаф или дори стол, върху които да поставите обекта за снимане.

**Компактната светкавица** е напълно достатъчна за домашни условия. Изберете такава според модела на апарата, но да е задължително с въртяща се глава. Към нея можете да си набавите пластмасови или други шапчици, които също помагат за дифузното разпределение на светлината. Светкавицата ще ви помогне да премахнете сенките от стените и тавана, които се образуват при снимане на дневна светлина. Въртете я, докато получите же-



ланото изображение.

**Отражателният диск** е нескъп, но незаменим в импровизираното фотостудио. Можете да си купите истински от магазин за фототехника или да си приспособите за домашно ползване голямо парче бял матиран картон. Ако отражението ви е недостатъчно, каширайте картон с алуминиево фолио и пробвайте пак. Малко е играчка, но има голямо значение за кадъра.

Значение има и фонът, затова разчистете мястото. Ваш е изборът дали той ще носи информация и послания, или ще е безличен. Съчетанието на обект и фон е винаги по-добро, затова можете да си направите ваша "запазена марка" - колаж от цветни хартии или бяла основа, която ще ползвате при снимките си.

**Важно! Преди да снимате, не пропускайте баланса на бялото. Ползването на светкавица не е задължително: при достатъчно външна светлина работете с отражателя.**

РОДОПСКА ПЕСЕН ОТ РЕПЕРТОАРА НА МАРИЯ КЕХАЙОВА

ВИД СПОРТНО БЯГАНЕ

ШУМЕРСКИ БОГ НА БУРЯТА

ИСПАНСКИ КИНОАРТИСТ "СЛУЖБЕНА ЗАЩИТА"

БИВШ ФРЕНСКИ ПИЛОТ, "ФОРМУЛА-1"

БИВШ ТЕНИСИСТ ОТ САЩ

ВЕЩЕСТВЕНА ЧАСТИЦА

БЕЗПОКОЙСТВО ЗА НЕЩО МЪЧТЕЛНО, НЕПРИЯТНО

РОМАН ОТ ДЖ.ФАУЛЗ

ЧЕШКИ ПИСАТЕЛ 1851 - 1930 "ПЕСОГЛАВЦИ"

ХЪРВАТСКИ ФУТБОЛИСТ, "РЕАЛ" (М)

ИМЕНАТА НА ШВЕЙЦАРСКА СКИ-АЛПИИКА

МЯРКА ЗА ЗЕМНА ПЛОЩ

СВЕЩЕН БИК У ДРЕВНИТЕ ЕГИПТЯНИ

МЯСТО ЗА ОБУЧЕНИЕ

СКЪПОЦЕНЕН КАМЪК

ХИТЪР И ДЪРЗЪК ЧОВЕК

ГРАД ВЪВ ФРАНЦИЯ

СТАРО ИМЕ НА ТОКИО

РОМАН ОТ КОНСТАНТИН КОЛЮМОВ

ВИД ПОЛИЦА

ЕДНОГЪРБА КАМИЛА

МЕКА РОНЛИ ВА ПОРЕСТА СКАЛА

РОМАН ОТ ЕЛИЗАБЕТ ХЕЙЛИ

МОДЕЛ ДЖИП НА "ФОРД"

РУМЪНСКИ ФУТБОЛИСТ "ЛУДОГОРЕЦ"

СТОЛИЦАТА НА ТОГО

ПОРОДА ПАПАГАЛИ

ИЗРАСТЪК ОТ ЖИТЕН КЛАС

ВЕСЕЛИЕ ДРАГОСТ, УДОВОЛСТВИЕ

ЧИСЛОТО ПОД ДРОБНАТА ЧЕРТА

13-Я ДЕН ОТ МЕСЕЦА В ДРЕВЕН РИМ

ПЪРВИЯТ 24-ИНЧОВ МОНИТОР

СТАРА НАША МЯРКА ЗА ТЕЖИНА

ПОРЪБЕН ПРОРЕЗ НА ДРЕХА

АБСОЛЮТНА ПРЕВЪЗХ. ГРАМАТИЧЕСКА СТЕПЕН

ИЗБУХЛИВО ВЕЩЕСТВО

ОХРАНЕН БУЕН ЖРЕБЕЦ

МАРКА РУСКИ ЛЕКИ КОЛИ

МОДЕЛ БУС "МЕРЦЕДЕС"

БИВШ ИСПАНСКИ КОПОЕЗДАЧ

РЕКА В РУСИЯ, СИБИР

СПОРТНО РАВЕНСТВО

ФРЕНСКА ВЕТРОХОДКА ПРЕКОСИЛА АТЛАНТИКА С КАЙТ-БЕТРИЛО

ОГНЕТЕЧНА ЗЕМНА МАСА

ПЪРВАТА ЖЕНА (БИБЛ.)

ВИД ПРЪЧКА ЗА ИГРА НА СНУКЪР

РЕКА В РУСИЯ, БАСЕЙНА НА ВОЛГА

ГРАД В СОМАЛИЯ

ГЕРМАНСКИ МАТЕМАТИК 1826 - 1866

ТИНЯ

ПОПУЛЯРЕН АНИМАЦИОНЕН ГЕРОЙ

ОТГОВОРНОСТ ЗА ЩЕТА

ХОЛИВУДСКА АКТРИСА "ШОКОЛАД"

СТАРА НАША МОРСКА КРЕПОСТ

НАШ КАМЕРЕН ХОР

СТИХОТВОРЕНИЕ ОТ ИВАН ВАЗОВ

ДОКЛАСОВА ЧОВЕШКА ОБЩНОСТ

ЕВРЕЙСКИ МЕСЕЦ

МОНАХ, КАЛУГЕР

НАША ФОЛК-ПЕВИЦА

ЕЗЕРО ВЪВ ФИНЛАНДИЯ

ГЕРОИНЯ НА ФРШЛИПЕР "ДОН КАРЛОС"

ЗАМРЪЗНАЛА РОСА

ПРОЧУТ ИТАЛИАНСКИ ЦИРК

САТИРИЧЕН РАЗКАЗ ОТ В. ПЛАМЕНОВ

СЛОЖНА СМЕС ОТ ВЪЛНЕН ВОСЪК

НАШАТА ПАРИЧНА ЕДИНИЦА

ФРЕНСКИ НОС НА ЛАМАНША

МАРКА ИНДИЙСКИ АВТОМОБИЛИ

БЕЛГЪНСКО ВЕЩЕСТВО В КОСТИТЕ И ХРУЩЯЛИТЕ

ПЕСЕН НА СТ. ВЪЛДОБРЕВ

ПОЕМА ОТ ГЕО МИЛЕВ

БИВШ КАНАДСКИ ХОКЕИСТ

ФРЕНСКИ ФИЛМ С ЖУЛИЕТ БИНОШ

НАША ФОЛК-ПЕВИЦА

ХИТРИ, УМЕЛИ, ЗАБЛУЖДАВАЩИ ПОХВАЛИ

ГЕРОЙ НА Д. ДИМИОВ "ТЮТКОН"

ПРОЧУТ НОРВЕЖКИ БИАТЛОНИСТ

БРАЗИЛСКА ПЕВИЦА И АКТРИСА "КАНГА-СЕЙРО"

НАША ФОЛК-ПЕВИЦА

ОГНЕТЕЧНА ЗЕМНА МАСА

При болки в ставите!  
NeOx

ВИД ПРЪЧКА ЗА ИГРА НА СНУКЪР

РЕКА В РУСИЯ, БАСЕЙНА НА ВОЛГА

ГРАД В СОМАЛИЯ

ГЕРМАНСКИ МАТЕМАТИК 1826 - 1866

ТИНЯ

ПОПУЛЯРЕН АНИМАЦИОНЕН ГЕРОЙ

ОТГОВОРНОСТ ЗА ЩЕТА

ХОЛИВУДСКА АКТРИСА "ШОКОЛАД"

СТАРА НАША МОРСКА КРЕПОСТ

НАШ КАМЕРЕН ХОР

РЕЧНИК: АЛЕЗИ, ЕБОЛИ, ИМЕРИНА, КЕМЕРЕ, ОЛАНО, ОРИК, ОСЕР, ПАЧОТИ, РИМАН. МИХАИЛ МИЦЕВ

**Отговори на кръстословицата от бр. 39:**  
**ВОДОРАВНО:** Шипков мармалад. Ралин (Радой). "Ние". Еол. Оратори. "Али". ИТА. АДА. Арена. Илири. "На нивата". "Академика". Аноним. "Алопа". АП. Смяна. Ини. "Аве". Ишар. КИА. Емир. Аникини (Пиетро). Ба (Демба). Ик. Аз. Миди. Аперитив. Ар. Тунис. Бакалова (Ивайла). Игор. Ливади. "Ала". "Етел". Обида. Еда. ИЖ. Рулоти. Дроби. Анаколут. Сирин. Атина Палада. Иванили.

**ОТВЕСНО:** Бинт. Нова Загора. Пиано. Ен. Робот. Яке. Анс. Им. Риби. Анимикит. Дин. "Две димящи дула". Моав. Нанини (Джана). АП. Шал. АТАРИ. Ивена. Ат. Садал ("Садал и Орфей"). Умора. Дака. Ар. БИ. Од. Плана. "Ила". Атака. Акажу. Идо. Алпи. ПАП. "Ти". Ридо. Абелар (Пиер). Прилепи. АРО. Уса. Имане. Ивелин. Алари (Надин). Имитатори. Илика (Луиджи). Ики. Етил. "Ани". Алар (Жюли). Волини.

**ЛЕСНО**

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

**СРЕДНО**

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

**ТРУДНО**

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

**ЖИВОТЪТ ДНЕС**  
**Главен редактор**  
Петър Галев  
**Отговорен редактор**  
Светлана Любенова  
s.foteva@health.bg

**Редактори**  
Галина Спасова  
Румен Леонидов  
Илияна Ангелова  
Лиляна Филипова

**Репортери**  
Вероника Христова  
Татяна Вълкова  
Георги Георгиев  
Мирослава Кирилова  
Кристина Пешина  
**Наблюдател**  
Акад. Григор Велев

**Графична концепция**  
РЕМЕ-син  
**Прегнечат:**  
Веселка Александрова,  
Росица Иванова  
**Коректор** Татяна Джунова

ISSN 1314-6092  
**Издава Хелт ЕООД**  
**Адрес на редакцията:**  
София 1574,  
бул. „Шипченски проход“ 65  
тел. 02/43 97 300  
**Печат:** Алианс  
Медиапринт АД,  
**Адрес:** София, ж.к. „Дружба 1“,  
ул. „Илия Бешков“ №3  
Безплатен абонамент за електронното ни издание  
в PDF формат на: [info@health.bg](mailto:info@health.bg)

**Реклама:** ХЕЛТ МЕДИЯ  
София, тел.: 0887/93 98 89,  
[m.vazharova@health.bg](mailto:m.vazharova@health.bg)  
**Разпространение:**  
0887 75 33 70  
[k.kostadinov@health.bg](mailto:k.kostadinov@health.bg)



## 80 новородени в Мексико кръстиха Неймар

От началото на годината 80 бебета в Мексико са кръстени Неймар в чест на бразилския нападател на Барселона, съобщава Mundo Deportivo.

Мексиканците напоследък все по-често започнаха да наричат децата си с имена на знаменити футболисти. 17 малчугани се казват Кристиано Роналдо, а три - Златан, в чест на шведския футболист на Пари СЖ Златан Ибрахимович.

Издание припомня, че наскоро аржентинско семейство получи разрешение да кръсти бебето си Меси въпреки забраната фамилията да бъдат малки имена. Първоначално бе отказана регистрацията, но в крайна сметка държавните органи все пак дадоха благословията си.

И у нас има подобни случаи, като най-известният е на Манчестър Юнайтед от Свищов. Българинът Здравко Левиджов дълго време води дела, за да смени рожденото си име с това на любимия си отбор, и накрая след шестгодишна битка постигна победа.

## Кличко не мисли за отказване от бокса



Бернд Бьонте, личният мениджър на световния шампион Владимир Кличко, развея съмненията, че украинският гигант може да сложи край на професионалната си кариера в най-скоро време. Боксьорът е вече на 38 години, което и повдига все повече въпроси относно дългосрочното му бъдеще в спорта. Мнозина специалисти и фенове предвиждат, че това може да е причина в следващите една или две години да шокира с обявяването на края на кариерата си.

"Владимир обича бокса и това да бъде на ринга. Докато здравето и мотивацията му го поз-

воляват, той ще продължи - опроверга слуховете Бернд Бьонте. - Той не е мислил за отказване. Неговото желание е да продължи да бъде на ринга."

Световният шампион продължава с усилената си подготовка за двубоя с Кубрат Пулев на 15 ноември в Хамбург (повече за този сблъсък можете да прочетете в следващия брой на в. "Животът днес"). Мачът ще бъде под №66 в кариерата на Владимир Кличко, като засега активът на украинеца включва 62 победи и 3 загуби. 52 от успехите на шампиона са постигнати чрез нокаут.

## Бербаатов в ролята на Дракула

По повод празника Хелоуин, който по традиция е в последния ден на октомври, Димитър Бербаатов бе представен в интересно амплуа. Родният стрелец влезе в кожата на Дракула и оформи смъртоносен тандем с Луис Суарес във видео, публикувано в световните мрежи.

Освен двамата топ нападатели в клипа на KICK TV участват и много други популярни лица от световния футбол като Юрген Клоп, Уейн Рууни... Забелязва се



още "трупът" на Мануел Пелегрини, а Франк Рибери е в ролята на рефера.

Именно Бербаатов и Суарес водят атаката на Хелоуин отбора. "От зъбите им капе кръв и са облечени в черно, но само така те напускат терена, като опитат вкуса на Иванович", се пее в песничката, като думите са подредени в рими.

Мачът се играе на стадион Fright Hart Lane, което просто е препратка към съоръжението на Тотнъм White Hart Lane.

Презареди с Амбинор!

Ambinor

Аргинин аспартат, Магнезий, Витамин B6

За повече енергия и жизнен тонус при:

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

ECOPHARM

20 ампули за поглъщане

www.ecopharm.bg

Българският олимпийски комитет отпразнува своята 90-годишнина. На пищно тържество в столичния хотел "Кемпински Зографски" настоящият председател на организацията Стефка Костадинова събра цяло съзвездие от легенди на българския спорт, политици, бизнесмени и общественици.

**Б**ОК е учреден на 30 март 1923 г. по инициатива на българските военни, а негов първи председател е полковник Ефтим Китанчев. Официалното признание от Международния олимпийски комитет обаче идва година по-късно - през 1924. Това става на сесията на МОК в Париж преди

летните игри във френската столица.

Честването на забележителната годишнина започна още през 2013-а. Юбилеят беше отбелязан на конференция в Националната спортна академия и на Олимпийската академия в Равда. Тези дни излезе алманах със снимки и текстове, посветени на олимпийската

## БОК навърши 90 години

та ни история. На 28 октомври бе открита фотографска изложба, преди това пък лично президентът на България Росен Плевнелиев откри бюст-паметник на генерал Владимир Стойчев, направен по инициатива и със средства на Съюза на ветераните от войните.

Историята на олимпийското ни движение всъщност е доста по-

дълга от тези 90 години. България е участник в първите модерни летни игри през 1896 г. в Атина. Там страната ни е представена от гимнастиците Панайот Белев, Илия Пенчев, Димитър Илиев и Шарл Шампо, а ръководител на делегацията е Тодор Йончев. Само швейцарецът Шарл Шампо обаче се състезава в три гимнастически дисциплини.

С изключение на д-р Димитър Станчев, който сменя починалия през 1926-а Ефтим Китанчев, до 1944 г. БОК е воден само от военни дейатели. След 9 септември 1944 г. може би по тази причина той е разформиран, а имотите и ценностите му са предадени на Централния спортен съд. Възстановен е едва през 1951 г. и негов

председател тогава става ген. Владимир Стойчев.

Студената война поставя олимпийското ни движение в изолация за няколко години след възраждането на БОК.

След 1982 г. за председател е избран Иван Славков, който е на длъжността до 2005 г. Тогава от Би Би Си му спретнаха сценария с корупцията и той бе отстранен от олимпийското движение. От 2006 г. комитетът се води от шампионката от Атина '96 и световна рекордьорка в скока на височина Стефка Костадинова.



Първият медалист от Олимпийски игри за България боксьорът Борис Георгиев - Моката



Бюст-паметникът на ген. Владимир Стойчев



Йордан Йовчев е рекордьорът по участия на Олимпийски игри в спортната гимнастика

**Б**ългарските спортисти са спечелили 220 медала от 37-те си участия в олимпийските игри. От тях 52 са златни, 87 сребърни и 81 - бронзови.

Първия медал за страната ни - бронзов, носи боксьорът Борис Георгиев - Моката от Хелзинки 1952 г. в кат. до 75 кг. Първата титла пък е притежание на бореца в свободния стил Никола Станчев от Мелбърн 1956 г.

За една от най-успешните в историята на БОК се смята лятната олимпиада през 1980 г. в Москва. В руската столица нашите състезатели вземат 8 златни, 16 сребърни и 17 бронзови медала. Шампиони са Стоян Делчев

## 220 медала са спечелили олимпийците ни

(гимнастика), Любомир Любенов (кану), Петър Лесов (бокс), Янко Русев и Асен Златев (шанги), Валентин Райчев, Исмаил Абилов и Георги Райков (борба). Не по-малко ценни са обаче сребърните отличия на мъжкия ни отбор по волейбол и на женския по баскетбол. Волейболистите пък вземат бронз. Това са най-добрите постижения на българите в колективните спортове. На тази олимпиада обаче не участват западните страни и затова критерият за представяне е донякъде относителен.

Със сигурност обаче летните игри в Сеул през 1988 г. могат да се смятат за най-добрите за българите. Там равностметката е 10 златни отличия - Ивайло Маринов (бокс), Атанас Комшев (борба), Севдалин Маринов и Борислав Гидиков (шанги), Йорданка Донкова, Христо Марков (лека атлетика), Таня Богомилова (плуване), Ваня Гешева (ка-як), Таню Киряков (сп. стрелба), Любомир Герасков (сп. гимнасти-

ка). Освен това нашите спортисти вземат 12 сребърни и 13 бронзови отличия.

Общо 6 българи са двукратни олимпийски шампиони - Боян Радев и Петър Киров (борба кл. стил), Нораир Нуриян (шанги), Николай Бухалов (кану 500 и 1000 м), Таню Киряков и Мария Гроздева (спортна стрелба).

Ваня Гешева пък е първата българка с пълен комплект медали от олимпиада - злато, сребро и

бронз от Сеул '88.

Екатерина Дафовска е единствената ни шампионка в зимните игри - тя взе злато в биатлона на 15 км в Нагано (Яп) през 1998 г.

Гимнастикът Йордан Йовчев пък е абсолютен рекордьор по участия на летни игри в своя спорт - 6 пъти. Най-доброто му постижение е среброто на халки от Атина 2004, има и бронз на земя и на халки от Сидни 2000.

Евгения Раданова е единствената българка, участвала в индивидуалните състезания на летни и зимни игри. Тя има 3 медала в шорттрека - сребро от Солт Лейк Сити 2002 г. и Торино 2006-а и бронз от Солт Лейк Сити, а на олимпиадата в Атина се пусна в колоезденето на писта. Александър Шаламанов пък е участвал в стартове при скиорите алпийци и във футбола.

**DOLOREN**  
Ibuprofen

200 mg  
400 mg

**Хвърли болката!**

Долорен е ефективен при:

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

Лекарствен продукт за възрастни и деца над 12 години. Съдържа ибупрофен. Преди употреба прочетете листовката. За пълна информация: **ECOPHARM**

Илофарм ЕООД, Бул. "Черен бряг" №14, Бл. 3, 1421 София, България  
Тел: 02/ 963 15 96, 963 15 97, Факс: 02/ 963 15 81