

ФИНАНСИ



за укрепване на банките

Какво
ще промени
директивата
на ЕС

На стр. 6

ПРИЗВАНИЕ



Представяме ви
проф. Виолета
Димитрова,
водещ хирург

На стр. 19

Actavis

Първият национален безплатен седмичник

Брой 22 (149), 9 - 15 юни 2015 г. (год. IV)

ЖИВОТЪТ ДНЕС

www.jivotatdnes.bg

Разпространява се
безплатно

Снимка: Росен ВЕРГИЛОВ

**Н. Пр. Раджеш Сачдева,
посланик на Индия в България:
Развиваме
отношенията си
в целия спектър**

Интервю на Галина СПАСОВА на стр. 7

Случаят
„Гърмен“ е само
симптом
на хронично
социално
заболяване

На стр. 4

Национална
кампания
се опитва
да наложи
разумно
шофиране

На стр. 8

Наши ученици
взеха във Виена
златен медал
за работа
„Пепи“

На стр. 15

Замърсяването
с тежки метали
е много сериозен
проблем
за планетата

На стр. 26



Екологични организации
предлагат конкретни
начини за справянето
с незаконната сеч

На стр. 9



На стр. 20-21



ЦСКА - идва ли
краят на
легендата?

На стр. 32

ЕСОPHARM
Memostore

За допълнителна памет -
Memostore

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

Memostore

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

ЕСОPHARM

1421 София, България, бул. Черни, вил. №74, бля. 3.
Тел. 02/ 563 15 56, 563 15 57, факс 02/ 563 15 61

Интересът на индийския бизнес към България расте



На снимката от ляво на дясно: д-р Рену Шоме - директор в Индийските европейски палати; кап. Авинаш Батра - президент на Индийските европейски палати; Н.Пр. г-н Раджеш Кумар Сачдева - посланик на Индия; Боряна Минчева - началник на Международния отдел в Агенцията за насърчаване на малки и средни предприятия

Милен КИРИЛОВ

Интересът на индийския бизнес за инвестиции в

България, както и на родния в източната страна расте постоянно. Доказателството е, че за първи път индийски бизнесмени се

срещат с българските си партньори отново, и то само от началото на 2015 г. Посланикът на Индия у нас Н. Пр. Раджеш Кумар Сачде-

ва заяви, че най-перспективният за капиталовложения у нас е IT секторът, генериращ над 200 млрд. долара оборот. На организирания от Агенцията за насърчаване на малки и средни предприятия, индийското посолство и Съвета за европейски палати в Индия форум беше отчетено, че отскоро на необятния пазар работи българска фармацевтична компания и индийска в България. Семена за традиционни индийски подправки вече се отглеждат у нас, а български производител на млечни продукти работи успешно в Индия. Оказва се, че индийски бизнесмени имат възможност да инвес-

тират в нови курорти по Черноморието, в завод за автомобилостроене и в различни производства. На форума присъства и президентът на Индийските европейски палати, който е с голям опит в морската администрация и превози. Пред в. "Животът днес" главният експерт от Българската агенция за инвестиции Георги Алипиев каза, че наш недостатък е фактът, че индийският бизнес е много по-активен от българския. Според Алипиев двустранният интерес би се засилил, ако има и директни полети между двете страни. Боряна Минчева, която е началник на отдела за

международно сътрудничество в Агенцията за насърчаване на малки и средни предприятия, обяви, че това, което впечатлява най-много индийците, е, че страната ни е на престижното 38-о място в света по конкурентоспособност. Това ни прави по-привлекателни от Италия и Турция. Макар и малък, българският пазар привлича с ниските си данъци, квалифицираната и за съжаление все още нископлатена работна ръка. Българо-индийският форум е част от европейска обиколка на индийския бизнес, включваща и Словакия и Хърватия.




Твоят гинеколог е тук!

Задай своя Въпрос Във форума

Намери твоя лекар В CredoWeb

Избери лечебно заведение

www.credoweb.bg



ЧЕЗ получи награда в конкурс за зелена компания

ЧЕЗ получи втора награда за най-зелена компания в България в категорията "Енергетика, технологии, IT услуги" за 2014 г. Националният конкурс "Най-зелените компании в България", организиран от b2b Media, отличава представителите на българския бизнес, реализирали най-успешните и устойчиви екологични практики през годината.

"За нас грижата за околната среда е реална възможност да се намалят разходите и да се инвестира в устойчиво развитие. Основна наша цел е да научим младото поколение на отговорно отношение от най-ранна детска възраст. Затова имаме и образователна програма по енергийна ефективност и за опазване на природата в началните училища", коментираха от ЧЕЗ.

Компаниите от групата изпълняват дъл-



госрочна стратегия за корпоративна социална отговорност, подчинена на тези две важни задачи. Провеждат редовно доброволчески акции в областта на опазването на околната среда, предлагат и услуги като електронната фактура, с които насърчават клиентите да бъдат по-отговорни към природата. Заедно с безспорните си ползи за околната среда, електронната фактура е по-сигурната и по-удобна алтернатива на хартиения носител на месечната сметка за електроенергия, обръщат внимание от ЧЕЗ.



Набираме работници
опаковка и фрезисти
за цех за дограма
в София.
Организиран
транспорт, ваучери
за храна.
За контакт:
0884246015



В епицентъра на медиите

С други думи, за разлика от много мои колеги, които критикуват идеята за референдум, аз считам, че е крайно наложително да се даде възможност на суверена да се изкаже по болезнената тема с купените гласове и контролирания вот и тяхната тежест по време на избори, като се даде възможност не само на активните, но и на отчуждените от политическия живот граждани да бъдат приобщени към проблемите на обществото ни съществуване в рамките на една държава. Ако такава възможност не му бъде предоставена или бъде възпрепятствана, то просто ще получим поредното доказателство, че определени политико-икономически кръгове предпочитат да залагат на управления, подкрепени от партийни котеири и техните твърди ядра вместо от ясно легитимирана гражданска воля. От години насам сме свидетели на все по-резистентни мутирации форми на корпоративен контрол, "скрит" партиен натиск и манипулации, които изискват все по-малко купуване и все повече принуда на гражданите чрез вкарване в зависимост от партийни и корпоративни велможии на централно и местно ниво.

Кирил Аврамов,
"24 часа"

Категорично подкрепям предложението, защото е крайно време, когато има национални избори, които ни чакат на 25 октомври и 1 ноември, заедно с тях да се произвежда и референдум по различни въпроси. Въпросите са достатъчно общо зададени и ако хората отговорят утвър-

Референдумът през октомври

дително и това стане задължителна норма, е вече работа на специалистите и политиците да ги конкретизират. Няма как в едно допитване до народа да кажете всички детайли. Аз вече чух възражения от рода "какво значи мажоритарен вот" и "какво значи дистанционно и електронно гласуване". Тези въпроси са специални. Никой не е длъжен да е специалист. Но ако според някого трябва да се избора мажоритарно, той ще каже "да". След това наред са специалистите. Има поне 30 вида мажоритарни избори, така че все ще изберем един от тях.

Когато един човек не е компетентен по един въпрос, той не е длъжен да отговаря. Може да отговори само на един от въпросите, може на два от тях. Може и на всички. В Италия, като правят референдум, задават между 15 и 20 въпроса. И там отговарят само на нещата, на които са компетентни и им е интересно.

Проф. Михаил Константинов,
OFFNews

Първо да кажа, че от много време очакваме референдум. Важно е да имаме мнението и становището на суверена по основни въпроси и принципи, касаещи изборното законодателство, това са принципни въпроси. Да, безспорно ще

има в известна степен утежняване на изборния процес, но смятам, че това не би било непреодолимо и че с добра организация биха могли да се проведат местните избори заедно с референдума.

Има логика в това да се повиши активността, но не това е търсен по някакъв специален начин ефект. Местните избори сами по себе си са избори, в които има висока избирателна активност, защото това са въпросите, които касаят управлението на общините, на общностите, в които ние живеем, и засягат благоустройството, развитието на населеното място.

Данаил Кирилов,
Радио "Фокус"

Българският президент предложи референдум за правилата на гласуване като опит за възстановяване на публичното доверие в политиките в балканската страна след години на нестабилност и скандали. На референдума, който, ако бъде одобрен, ще се проведе заедно с местните избори през октомври, гражданите ще трябва да отговорят дали искат избирането на някои депутати да става директно вместо от партийни листи, дали гласуването да стане задължително и дали да се разреши електронното гласуване.

Коментар, Reuters

Последователни сме по отношение на референдума и въпросите, които следва да се зададат към българския народ. И в предходния мандат настоявахме електронното гласуване и мажоритарният вот да станат част от изборите. Надявам се, че сега народът ни ще изрази категоричното си становище, че иска промяна на изборните правила. На нас, политиците, ще ни се наложи да работим за промяна на тези правила. Подкрепям референдума.

Брифинг в парламента,
Десислава Атанасова

Този референдум трябваше отдавна да бъде проведен. Законът не дава никаква възможност на Народното събрание да обсъжда да има или да няма референдум, когато бъде предложен от субектите, които имат право да го направят. Депутатите не трябва и да редактират въпросите на президента. Парламентът има право да го прави само ако референдумът се свиква след събрани подписи на граждани. Миналото Народно събрание трябваше да насочи референдум, щом президентът го е сезирал. (...)

Няма пречка всички правоимащи да внесат колкото искат въпроси, но не би било добре да се задават въпроси от различни области, защото ще стане едва ли

не като някакъв тест. Да видим сега дали ще имаме първия успешен референдум. Под успешен разбирам валиден, без значение какво ще отговорят хората. Приветствам и идеята в този референдум да участват и българите в чужбина.

Константин Пенчев,
"24 часа"

След като паднахме близо на 50% участие от избирателния корпус, добре е да минем на една фаза на задължително гласуване, а как това ще се отрази на една или друга политическа сила, само бъдещето може да покаже. Поважното е да се състои референдумът. Гражданската енергия е голяма и хората ще отидат да гласуват. Големият провал по време на "прехода" дойде заради бързото изхвърляне на основните политически сили. Първият предложен въпрос на референдума - "Подкрепяте ли част от народните представители да се избират мажоритарно?" - трябва да се прецизира: аз съм привърженик на идеята за смесената система - 50 на 50, за да може гражданите по-категорично да се определят по този въпрос, а не впоследствие да се дебатира под каква форма да се въведе мажоритарният елемент.

Проф. Георги Близнашки,
"Хоризонт"

ПОСОКИ

Къде удря гърмът



Петър ГАЛЕВ

Чудех се защо не ни върви духовното възпитание на младите, приобщаването им към православните ценности, а то си имало много ясна причина - йога движението. Ето защо висшият ни клир, който отдавна не беше взимал отношение по каквото и да е обществен въпрос, сега остро се скара на образователната система. Като се махне въпросът за йогата от матурите, и ето ти ги учениците в църквата... Други проблеми в това отношение нямаме. Такива дреболии като дългогодишната липса на вероучение в клас, разрастването на откровено търговски практики в храма или митрополит, анатемосващ и кълнящ журналистите за това, че го питат как е след катастрофа, явно не си струват обществени дебати. Всъщност властите ни са прави, като казват, че безверието е в основата на огромна част от проблемите ни като личности, семейства, квартали, градове, държава... Но да посочим през лупа някаква дреболия, която ни се вижда като слон, едва ли е от реална полза за вярата ни. По-добре е да станем свидетели на изявления и инициативи от духовниците, свързани с проблемите, които всеки ден вълнуват хората. Къде е организирането на кухни за гладните, на дрехи за голите, на покрив за бездомните, на грижи за изоставените? Или това ще го припознаем като чуждо за нас и характерно за други християнски църкви? Сигурен съм, че ако свещениците ни призват и организират за реална помощ, хиляди ще откликнат, а покрай това могат и да чуят нещо от олтара, да разберат, че храмът не е място, където се ходи "за всеки случай" и "за да не ни стига лошото". Иначе властта лесно ще махне въпроса от матурите. Но това ли ни е битката за християнското възпитание?

СТОП КАДЪР



1000 деца от 24 софийски училища рисуваха по повод Световния ден на околната среда, който се отбелязва от 1972 г. Най-хубавите рисунки бяха изложени в столичната градинка „Кристал“

Снимки Милена КИРИЛОВА

Какви са корените на случващото се в Гърмен



Доц. Михаил Иванов, съветник по етническите въпроси на президента Желю Желев

Причината е нехайството на властите

На повърхността беше едно сбиване. Сбиване, каквото може да има между българи и българи, роми и роми и т.н. Едни вдигат шум с музика, пречат на останалите. Когато започва сбиването в Гърмен, виждаме как в него се включват и други хора и разбираме, че на това малко място има голяма омраза. И се питаме откъде идва тя. На тази територия живеят немного на брой етнически българи и около 1000 души етнически роми. Територията, която се заема от квартал "Кремиковци", не е регулирана, в голямата си част къщите са им построени на голо поле. Когато имаме незаконно строителство, виновните

страни са две. Както този, който строи незаконно, така и публичната власт, която е допуснала това. Дълбоките корени са един нерегулиран терен, застроен включително и върху имоти на етническите българи. От друга страна, трябва да кажем, че когато започне разрушаването на тези къщи, се питаме къде ще отидат да живеят тези хора. Така че дълбоката причина е нехайството на нашите публични власти. Ако има незаконно строителство, то води до незаконно прокарване на електроснабдяване, на водопровод, канализация. Следователно се живее в състояние на пълно беззаконие както от страна на

живеещите там, така и от страна на общината, на чиято територия се случва това. В Гърмен мащабът е малък, но можете да го умножите, когато отидете на територията на пловдивските гета, в Сливен, София. Още през 1994 г. един международен колектив изготвихме схемата, по която трябва да се действа. Това влезе в жилищна програма за ромите, която се прие от правителството през 2006 г. Първото, което трябва да се направи, е да се изработи кадастър. Второ, трябва да се направи регулация, след което публичната власт има грижата за общото комунално благоустрояване.



Румян Русинов, ръководител на Центъра за публични политики

Конфликтът е инспириран политически и предизборно

През последните няколко години в публичното пространство упорито се налага тезата, че интеграционните политики за ромите са се провалили. Те не са се провалили, а не са се състояли. Такива политики нямаше. Имаше стратегии, имаше документи, имаше реторика. И аз съм убеден, че ако се бяха състояли, те щяха да са успешни, защото имаше индикации за това. По места имаше успешни практики, международна и обществена подкрепа. Истината е, че ромите не страдат толкова от липсата на интеграционни политики, колкото от провала на общобългарските политики. Тук трябва да изброим икономическите, кул-

турните и образователните политики, но най-вече политиките по заетостта и по доходите. През преходния период от 25 години политиките по заетостта бяха игнорирани от нашата държава. Същото се отнася и за политиката по доходите. Нашият елит се съгласи доходите да са ниски. Даже ние се хвалехме, че по този начин привличаме инвестиции. Тази политика на ниски доходи означаваше над 1 милион работещи бедни. Ромите са зле, защото и българите са зле. Не е правилна интерпретацията, че политико-икономическият модел функционира добре и всички се справят, само циганите не се справят. 80 процента не се спра-

вят, което е атестация не за хората, а за модела. По-възрастните читатели на вестника сигурно си спомнят, че навремето имаше гарантирана заетост и всички, включително и ромите, работеха. Мога да кажа, че когато този модел работеше, никой не търсеше оправдание в ромите и в тяхната интегрируемост. Мнозинството от наблюдателите смятат, че конфликтът в Гърмен е инспириран политически и предизборно. И антимащабното говорене се превърна в единствена възможност за политическа легитимация, за привличане на електорат. Това е и начин да се отвлече общественото внимание от съществените проблеми.



Юлиана Методиева, журналист

Проблемът не е етнически

Преди всичко Гърмен е един фокус, в който са събрани няколко важни тенденции от обществения ни живот - неговите етнически, политически и неправителствени аспекти. Хората там са живели като съграждани доста дълго време, нямаме индикации за напрежение, нямаме индикации за такава бедност, за да бъдат настроени срещу пришълци. Като махнем този класически заряд и фактор, който обуславя етническия сблъсък, може да остане един битов скандал и свада. Няколко часа трае това стълкновение между хора, които имат съжителство дълго време. Част от проблемите, които бяха изложени мигновено от медиите, се знаят - че

това са роми, притежатели на постройки върху общински терен, не си плащат тока, не си плащат данъците, това е неприемливо и т.н. Тук вече идва на помощ втората част от факторите на конфликта. Медиите, всички, които бяхме на терен, в разговор с кметлицата, в разговор с МВР, непрекъснато се опитвахме да установим каква е диагнозата. Самата кметлица също трудно обяснява произхода на тази нетърпимост. Във всеки квартал между съседите пламват такива искри. Но тук имаме важния момент дали, когато между българи и роми се случи нещо, това носи потенциал за политики. Тези нови рамки обаче са познатите ни стари рамки,

които познаваме от Катунца. Виждате, че политиките, които говорят, са много малко. Но разбираме, че употребата е употребата. От първия момент тече и друга линия. Тя е: идват футболните фенове, идват рокерите, идват ултрасите. Това са щурмовите отряди на националистическите формации. Преди изборите се търсят такива места. Не се решават проблемите в едно селище, в един квартал по пътя на силата, по пътя на пропагандата и насъскването на хората един срещу друг. В Гърмен това не беше етнически проблем.



Слав Славов е регионален мениджър в Световния енергиен съвет в Лондон. От 1980 до 2004 г. е служител в отдела по енергийна политика на Икономическата комисия на ООН за Европа. Занимава се с въпроси на енергийната политика за устойчиво развитие, сигурността на доставките, намаляването на зависимостта на Европа от вноса на енергия, либерализацията на енергийните пазари, ценообразуването и субсидиите.

Г-н Славов, неотдавна председател на Националния комитет към Световния петролен съвет Иван Дреновички заяви по БНР, че по проекта "Южен поток" се водят "активни преговори" и че е възможно скоро за него да се заговори отново "в сегашно време". Дреновички се позова на своя информация от руски източници и припомни, че досега Москва все още не е спряла официално проекта. Според Вас има ли наистина бъдеще "Южен поток"?

- Според мене "Южен поток" трябва да бъде отписан, тъй като на практика новият проект за газопровод "Турски поток" го замества напълно. Освен това трябва и да сме наясно, че Европа няма нужда от толкова много природен газ и в този смисъл реализацията на двата проекта е икономически необоснована. Прогнозата от 2008 г., че ръстът на потреблението на природен газ в Европа ще бъде 5% годишно, отдавна не е валидна. Европа днес консумира по-малко газ дори спрямо 2008 г., като спадът вече е около 20-22%. Потреблението ще продължи да пада, като никой не се наема да прогнозира какво ще е то след 10, 15 или, да кажем - след 25 години. И причините за тази липса на прогнозируемост се крият във факта, че все още не знаем какви инвестиции ще бъдат вложени в изграждането на нови "зе-

лени" централи, въпреки че политическата воля за разширяването на дела им вече бе декларирана от Брюксел. Не знаем и каква ще бъде перспективата за изграждането на нови ядрени централи на Стария континент.

- Какво загуби България със спирането на проекта "Южен поток"?

- На първо място, България изгуби възможността за диверсифициране на маршрута на газовите доставки от Русия, а с това - и възможността да повиши нивото на енергийната си, което означава - и на националната си сигурност. На второ - "Южен поток" щеше да обезпечи хиляди работни места, а на трето - щеше да осигури и сериозни приходи от транзитни такси за един дълъг период от време.

- Същите загуби търпят и всички страни по протежението на проекта, нали?

- На този етап - да. Но на един следващ етап повечето от тях ще бъдат компенсирани със свързването им чрез разклонения с Трансадриатическия газопровод, така че основната загуба от спирането на проекта "Южен поток" си остава само за България.

- Какво ще спечели Турция от "Турски поток"?

- Според предварителните разчети "Турски поток" трябва да бъде изграден с 4 ръкава с общ капацитет от 63 млрд. куб. метра газ. Това ще наложи Турция

Природният газ в България ще идва основно от юг

● Със Слав Славов разговаря Бисер Терзиев



да изгради голям хъб. Тук бих искал да обясним за читателите какво точно означава понятието "газов хъб", тъй като, струва ми се, то много често се употребява не на място и със съвсем друго значение. Газовият хъб на практика е един голям, нека го наречем - склад, с капацитет примерно около 50 млрд. куб. метра, от който Турция ще продава горивото само тогава, когато на нея ще й бъде най-изгодно, на каквато цена и по каквато схема иска да приложи тя - в далечна, средна или близка перспектива. Газовият хъб позволява използване на различни хибридни схеми на ценообразуване, така че той ще предостави на Турция огромни възможности за печалби.

При всички положения Русия ще иска "Турски поток" да бъде свързан с т. нар. "Южен газов коридор" чрез Трансадриатическия газопровод (TAP), който ще бъде разширен. Така TAP ще се превърне в най-прекия път за доставка на руски природен газ за Европа.

- Какви са възможностите за диверсификация на източниците и на маршрутите за доставка на природен газ за България след спирането на проекта "Южен поток"?

ден газ за България след спирането на проекта "Южен поток"?

- Огромни. Основният източник за диверсификация ще е т. нар. "Южен газов коридор", който включва няколко газопровода. Неговият гръбнак ще е Транскаспийският газопровод (TANAP), който се изгражда съвместно от азербайджанската компания SOCAR и от турската BOTAS. TANAP ще доставя 16 млрд. куб. метра газ от Азербайджан, от които 6 млрд. за Турция и 10 млрд. за Европа. С разработването на три нови находища в Каспийско море обаче само след няколко години капацитетът му ще бъде удвоен. Някъде към турско-гръцката граница в "Южния газов коридор", който, както вече казах, освен TANAP включва и TAP, ще се присъедини и "Турски поток". Не бива да забравяме и сегашния газопровод "Син поток", от който капацитет - 16 млрд. куб. метра газ годишно, Турция на практика използва по-малко от половината.

Другият път за диверсификация на доставките е Транскаспийският газопровод, който ще доставя гориво от Туркменистан по дъното на

Каспийско море и който Азербайджан също се опитва да привлече с идеята да изгради свой хъб. Така че може би в скоро време ще бъдем свидетели на изграждането на два големи хъба - първи в Азербайджан и втори в Турция. А един ден към Транскаспийския газопровод може да се включи газът от Иран, след като бъдат свалени санкциите за него, разбира се. Така че в недалечно бъдеще България ще има няколко възможности за диверсификация на източниците на природен газ, като те вече ще идват основно от юг.

- Какви са перспективите за доставка на природен газ от Гърция и от Словакия през Унгария и Румъния по т.нар. "Вертикален газов коридор"?

- Тук става въпрос за изграждането на междусистемни газови връзки, по които сега българското правителство сериозно работи. Интерконтиненталните са много важни и полезни за обезпечаването на доставките на природен газ и за предотвратяването на енергийни кризи. Истинската промяна за българския, а и за Балканския газов пазар обаче ще настъпи след 2022 г., т.е. след завършването

на всички нови газопроводи, когато ще се появи голяма конкуренция между руския и каспийския газ и цената на горивото ще падне, от което и ние, и съседите, а и цяла Европа само ще печелим.

- При това положение има ли някакви перспективи за изграждането на газов хъб край Варна, за какъвто кабинетът "Борисов" говори напоследък?

- За изграждането на хъб са необходими три неща. Първо - газопроводи, които да доставят големи количества газ, второ - много пари не само за изграждането, но и за поддържането на този хъб, и трето - големи клиенти, които да купуват газа от него. От хъб се печели само ако газът се продава на външни пазари, както вече обясних - чрез игра с цените, а не като се продава на собствения пазар. От чисто икономическа и геостратегическа гледна точка лично аз не виждам кому би бил нужен един газов хъб край Варна, като тази идея много ми напомня поговорката за рибата и тигана. По-скоро приказките за газов хъб ми звучат като извирание, че сме изтървали "Южен поток".

Мирослава
КИРИЛОВА

Европейската комисия даде двумесечен срок на България и още десет страни от ЕС - Чехия, Франция, Италия, Литва, Люксембург, Нидерландия, Малта, Полша, Румъния и Швеция, да приложат изцяло в националното си законодателство новата директива за възстановяване и реструктуриране на банките (ДВПБ), приета миналата пролет. Целта ѝ е да се предоставят повече правомощия на регулаторните органи в банковата сфера, така че да прилагат планове за реструктуриране на фалирали банки, които да спестяват на данъкоплатците тежестта да плащат за тяхното спасяване.

България и още десет страни от ЕС трябва да наложат серия от инструменти, които предоставят на националните органи необходимите правомощия за ограничаване и преодоляване на сътресенията/фалитите на банки или на големи инвестиционни посредници. Това включва и намеса в дейността на трезорите с цел да се предотврати изпадането им в несъстоятелност. Ако банките действително са изправени пред фалит, органите ще разполагат с широки правомощия и инструменти за тяхното реструктуриране, като загубите се разпределят сред акционерите и кредиторите при следване на ясно определена последователност. Съгласно ДВПБ от банките се изисква да изготвят оздравителни планове за преодоляване

ЕК ни предупреди за неспазване на директива за укрепване на банките

не на евентуални финансови затруднения.

Проверка на в. "Животът днес" показва, че по-големите банки у нас са изготвили такива планове съгласно изискванията на европейската директива.

"Промените, иницирани от директивата за възстановяване и реструктуриране на банките (2014/59/EU), целят да укрепят банковия сектор след финансовата криза, така че при евентуални бъдещи фалити на трезори тежестта за покриването на загубите да не пада върху данъкоплатците. Предвижда се разходите да бъдат пропорционално покрити от акционерите и кредиторите на банките чрез механизма за "споделяне на загубите", обясни за в. "Животът днес" Мауд Сцело, говорител на Европейската комисия в областта на капиталовите пазари, финансовата сигурност и услуги. Документът е напълно приет в националните законодателства на Австрия, Германия, Финландия, Великобритания, Унгария, Хърватия и Словакия.

Крайният срок за въвеждането



на тези правила в националните законодателства бе 31 декември 2014 г.

"В края на май комисията изпрати искане до 11 страни от ЕС, включително и до България, под формата на мотивирано становище. Това е вторият етап от процедурата на ЕС за нарушение. Ако в срок от два месеца тези страни не изпълняват своите ангажименти, Европейската комисия може да реши да предяви иск срещу тях пред съда

на ЕС - обясни още Мауд Сцело. - Разбираме обаче, че България е сред страните, които няма да могат да въведат напълно директивата в националното законодателство бързо и се очаква това да стане най-рано през септември, а някои правила могат да влязат в сила и от януари 2016 г.", коментира говорителят.

Директивата на Европейската комисия предвижда поетапно намаляване на срока за изплащане на

гарантирани депозити,

като след януари 2024 г. той трябва да е до 7 работни дни след датата, на която депозитите са станали неналични. Според комисията по този начин правата на депозантите ще бъдат гарантирани в максимална степен. При кризата с КТБ например трезорът бе поставен под особен надзор на 20 юни, но изплащането на гарантираните депозити започна половин година по-късно, поради което Брюксел заяви, че ще започне наказателна процедура. Към момента според европейското за-

конодателство са гарантирани всички депозити до 100 000 евро, в случай че банката фалира.

Новата директива поставя приоритет на малкия и средния бизнес,

като акцентира, че вложенията им, дори да са над 100 000 евро, ще бъдат максимално гарантирани и незасегнати в случай на обявяване на несъстоятелност на трезора. Всяка от страните от общността трябва да реши дали изцяло да изключи малкия бизнес от "рисковите" групи, или да заложи в законодателството минимално "орязване" на депозитите му.

Документът за укрепване на банковия сектор, инициран от Брюксел, предвижда още всички банки, включително техните клонове в други държави членки, да участват в системата за гарантиране на влоговете. "Само така може да бъде създаден един по-сигурен и по-стабилен финансов сектор в периода след финансовата криза", аргументират се от Европейската комисия.

Емил Хърсеф, финансист: В общи линии - нищо ново

Директивата за възстановяване и реструктуриране на банките е най-нескопосаната от всички регулации в областта на банковото дело, писани досега. Тя представлява сбирщина от всевъзможни практики на различните страни от ЕС, които по един или друг начин са се опарили след финансовата криза и последвалата депресия в банковата сфера.

Самите банкери се подиграват с нея. Например колеги в Германия я наричат "погребална" директива. Документът от 183 страници се състои от две основни части. Първата обяснява как банките трябва да си напишат завещание - какво да се случи с тях, след като умрат, или иначе казано, кой ще поеме финансовата тежест след обявяването на несъстоятелност. Във втората част се изреждат начините, които са ползвани в различните страни за реконструиране и евентуално ликвидиране на банки. В общи линии нищо ново, което да не сме виждали. Чрез директивата Брюксел прави онзи завой, обявен през 2011 г. от канцлера Ангела

Меркел, от който става ясно, че Европа няма да спасява повече банки, а ще прави точно обратното - ще завлича клиентите на банките в блатото.

Безумни са нормативите по ДВПБ. Документът например изисква банките да подготвят оздравителен план, който да ги предпази от фалит в случай на влошаване на финансовото положение на трезора. Ако банката имаше оздравителен план и възможност за избягване на банкрута, тя ще го приложи и без да ѝ бъде налагано с директива от Брюксел.

Друго безумие е уж въвеждането на ново преразпределение на финансовата тежест след обявяването на несъстоятелност. Акционерите и кредиторите щели пропорционално да си поделят загубите. И досега няма случай, в който акционер на трезора да си е получил парите в случай на фалит на банка. Основният въпрос е как ще се завлича хората, как "ще се подстригват" вложителите.

Според мен 11 страни на ЕС не са въвели новата директива, защото тя е тъпа-

нарска и представлява празно политическо говорене. Нещо повече, в Германия например вече подлагат документа на оспорване. Група от три германски банки например съдят Европейската централна банка и ЕК за недопустимо вмешателство чрез този и други европейски актове в областта на банковия надзор. Подозирам, че ще спечелят.

При прилагането на ДВПБ в националното законодателство не бива да се допускат системни грешки и недомислици, които обезсмислят така или иначе неспособния текст. Например срокът за осъбения надзор преди взимане на решение за отнемане на лицензия в проекта за закона, който прилага въпросната директива, е сведен до 1 месец. Ако банката има и клонове, за един месец т.нар. управители по специалния надзор въобще няма да успеят да приемат документите на банката, камо ли да излязат с решение. Това е невъзможно. Няма кога квесторът да разбере какво става в тази банка и да излезе мигновено с решение по казуса.

Ваше Превъзходителство, макар да сте в България само от 9 месеца, традиционният първи въпрос е - как се чувствате тук?

- Много красива страна, древна цивилизация, богато културно наследство. Не съм ходил до морето, но посетих вече доста места. Разбира се, културните паметници в София, в Пловдив, Рилския манастир, Бачковския манастир, Банско, Копривщица, Старосел, Лещен, Ковачевица (казаха ми, че там се снимат много филми). Силно съм впечатлен от дружелюбността на хората, от начина, по който посрещат всеки чужденец, и смятам, че тук е рай за туристите. Не искам да пропусна интересната ви кухня - това, което се знае в Индия, е, че България е страната на киселото мляко, меда, розовото масло, виното. Особено харесвам шопската салата и също вашето сирене. Както знаете, много индийци са вегетарианци и сиренето е много важна храна за нас. Имате голямо разнообразие от зеленчуци, внасяме кориандър, който е с много добро качество. Той е основна част от индийските подправки.

- Как оценявате сегашното състояние на контактите между нашите страни?

- Имате дългогодишни топли и приятелски връзки. Миналата година отбелязахме 60-годишнината на дипломатическите отношения, но контактите между хората датират от много по-рано. Голям брой двустранни споразумения утвърждават връзките ни в най-различни сектори - икономика, здраве, спорт, култура, отбрана, наука и технологии. Ако говорим за културата например, аз знам, че в България има истински познавачи на Индия, тв сериалите ни са много гледани, а бях приятно изненадан да открия, че някои древни традиции като йога и аюрведа са популярни тук.

За мен най-важното във взаимоотношенията ни е, че те покриват целия спектър. Икономиката е област, в която контактите се разширяват, но има още много възможности. Основният механизъм в тази сфера е Двустранната икономическа комисия. Имате освен това Меморандум за разбирателство между търговските камари на двете страни. Наскоро се сформира Индийско-български бизнес камара. Смятам, че

Индия е най-голямата демократия в света

● С Негово Превъзходителство Раджеш Сачдева разговаря Галина Спасова



една от важните й функции ще бъде да осигурява информация за хората от този сектор, да се улесняват посещенията и контактите. Щастлив съм, че имаме позитивни резултати - индийска бизнес делегация беше в България през март. Подобен бизнес форум проведохме и преди дни. В същото време немалко български предприемачи посетиха или предстои да посетят Индия за участие в различни търговски и туристически изложения.

- Кои области на сътрудничество виждате като особено перспективни?

- Тези, в които България има развита технология и квалифицирани хора. IT технологиите са силно развити, а Индия е сред водещите страни в този сектор. В сферата на производството имаме няколко успешни проекта през последните години. Добро сътрудничество развиваме в областта на фармацевтиката, земеделието, хранителната промишленост. Убеден съм също, че и туризмът има голям потенциал в нашите отношения, защото и двете страни имат много какво да предложат.

- Интересът към страната Ви у нас видимо нараства, има ли такава тенденция и в Индия?

- Да, все повече се знае за България и аз съм наистина много щастлив, че примерно индийската филмова индустрия е много силно

заинтригувана от възможностите тук. Миналата година в България се снимаха три индийски филма (а тенденцията е да има много повече) с участието на някои от най-големите имена на нашето кино - имаше снимки в Банско, Албена. Това е много изгодно за България, защото Индия има най-голямата филмова индустрия в света - над 1000 филма годишно. Тъй като кинозвездите имат грандиозна популярност в много страни, то всяка държава и място, където са се снимали, стават автоматично известни. Така хората ще научат повече за България.

Смятам, че вашето правителство е ангажирано да привлече повече индийски туристи. Трябва да кажа, че по принцип индийците се интересуват от фамилията туризъм - т.е. предлагане, удовлетворяващо различните интереси в едно семейство - на децата, жените, по-възрастните. Вие имате крайбрежие, високи планини, и то на неоглямо разстояние. Това е голям плюс - ако някой дойде на морето, има възможност да отиде и на планина. Като добавим СПА курортите и историческите паметници, богатите музеи - наистина има много привлекателни възможности. Смятам, че развитието на туризма е важно, защото той означава не само посещения на забележителности, но и начин хората да се срещат помежду си.

- Как Индия спечели репутацията на новото икономическо чудо.

- През 1991 г. Индия либерализира икономиката. През последните години бяха предприети много действия икономическата ни среда да е благоприятна за бизнес, като целта е превръщането на Индия в глобален производствен хъб. Имате предимството да раз-

Ако говорим за културата например, аз знам, че в България има истински познавачи на Индия, тв сериалите ни са много гледани, а бях приятно изненадан да открия, че някои древни традиции като йога и аюрведа са популярни тук

полагаме с втория в света пул от учени, инженери, софтуерни специалисти. На второ място сме по население, като, забележете, 65% от него е на възраст под 35 г., почти половината - под 25 години. Нацията ни е млада и динамична, а това е най-голямата демокрация в света. И с тези нови инициативи се стареем да отворим за външни инвестиции колкото може повече сектори. В този посока акцентираме много на обучението, защото, ако се стремим към висок ико-

Посланикът на Индия у нас Раджеш Сачдева е на дипломатическа служба повече от 30 години - бил е на мисии в Египет, Йемен, Холандия, Шри Ланка, Швеция, Сингапур, Камбоджа.

номически растеж (очакваме 8% тази година), са нужни квалифицирани хора.

- Разкажете повече за стипендиите, които Индия отпуска за българи.

- Броят им варира от 15 до 25. Убедени сме, че развитието на квалификацията и образованието е важна част от нашето сътрудничество и затова предоставяме краткосрочни стипендии за обучение в Индия в различни сфери - IT, одит, банкиране и т.н. Освен това предлагаме стипендии за образование - само през последната година двама българи замине на 5-годишно обучение по аюрведа. Отпускаме и стипендии за изучаване на хинди. Изключително съм впечатлен от екипа на департамента "Индология" в Софийския университет, много отдадени и мотивирани хора, ентусиазирани. Имат основание да се гордеят с това, което са постигнали в изучаването на историята и културата на една огромна страна, с много различни регионални специфики и място.

Разбира се, много наши студенти учат в България, най-вече медицина. Образованието и квалификацията са много важни и точно в тази област работим заедно много добре. А и хората, които учат или специализират в двете страни, са носители на послания, на обличаване, на опознаване.

Тук много организации работят активно и успешно за развитието на двустранните контакти - като клуба "Приятели на Индия", "Намасте България", Индологическата фондация "Изток - Запад", създадена за популяризиране на индийското изкуство, на танцо-

вата и музикалната култура.

- Споменахте, че системата йога има последователи у нас. Те действително стават все повече. Какво е обяснението Ви?

- Йога е традиция с хиляди години история, тя е път към постигане на хармония между тялото и ума, като се базира на холистичен подход към здравето и качеството на живот. Системата йога помага да се предотвратят определени болести, дори някои пози са полезни и при лечение. Йога помага човек да погледне навътре в себе си, да постигне равновесие.

Съвременният човек е много натоварен - сблъсква се с различни предизвикателства и стрес в работата, семейството. И постепенно в модерния свят расте интересът към поддържането на добро здраве. После идва загрижеността как да се контролират емоциите, тревожните състояния. Йога ви помага да се фокусирате, да изчистите ума си от ненужното. В Индия и в целия свят йога се практикува от хора от всички религии. Това е цялостно изкуство и наука за здравословен начин на живот. Светът осъзна ползите от тази древна традиция и така 21 юни бе обявен от ООН за Международен йога ден, като резолюцията бе приета от 177 страни! По целия свят предстои този ден да бъде отбелязан за първи път.

Почти всички български йога центрове и организации и ще участват в основното събитие в НДК, което ще започне в 9 и ще продължи до 17 часа. Входът е свободен, всички ще могат да се запознаят не само с йога практики, но и ще чуят лекции, също и по аюрведа. Ще има и поглед към индийската култура и кухня, възможностите за туризъм. Вечерта ще има програма от класическа музика и индийски танци. Забележителното е, че когато обсъждахме с федерацията по йога провеждането на събитието, много градове проявиха интерес. И така денят ще бъде отбелязан също в Пловдив, Велико Търново, Свиленград, Русе, Бургас, Варна, Габрово, Перник.

Мира ВАЛЕНТИНОВА

655 души легнаха на паветата пред храм-паметника "Св. Александър Невски" в центъра на София, за да насочат общественото внимание към повишаването на смъртността от войната по пътищата у нас. Точно 655 са жертвите на катастрофи през изминалата година, сред които 33 са деца. С тази инициатива в началото на месеца Асоциацията на пострадали при катастрофи започна кампанията "7 милиона причини да караш разумно".



„През 2014 г. са станали 7003 тежки катастрофи, при които са ранени 8593 души. Смъртността от инциденти на пътя се е повишила с 10% за 12 месеца (510 са загиналите от катастрофи през 2013 г.). Това не са просто сухи цифри, а реални човешки истории, трагични съдби и травми за цял живот“, коментира за в. "Животът днес" председателят на асоциацията Владимир Тодоров. Като част от кампанията ще бъдат снимани няколко видеоклипа за опасността от рисковото шофиране и безразсъдството на пътя, ще бъдат издигнати тематични билбордове, ще се раздават информационни брошури и ще се изнесат презентации.

"Черната статистика показва, че всяка четвърта катастрофа у нас е причинена от млад водач.

Ето защо от Асоциацията на пострадали при катастрофи иницираме редица промени в Закона за движение по пътищата, които да ограничат безумните убийства на пътя", обясни Владимир Тодоров. Той подчерта, че в над 20 страни в ЕС са въведени специални регулации за неопитните шофьори и България може да почерпи добри практики от тях. Такава например е забраната на младия водач да управлява автомобил в тъмните часове на денонощието (от 22:00 до 6:00 ч.) заради намалената видимост и потенциално по-висок риск от инцидент. "Ако младият човек вземе книжка, това не означава, че той вече е шофьор. Той просто се е справил с определен изпит, но първата му предстои да натрупа практически умения, опит, координация и т.н. Трябва да има

7 милиона причини да караш разумно

преходен период, който в различните държави е между 6 и 12 месеца. При този времеви отрязък има редица ограничения - младият шофьор да кара с придружител, да не се качва на магистрала, да не кара по-опасните кабриолети", допълни събеседникът ни.

Работещо се оказва и правилото неопитният водач да се движи с 30 км по-ниска от разрешената скорост по големи пътища и магистрали.

Тоест, ако в един участък допустимата скорост е 80 км/ч, той не трябва да кара с повече от 50 км/ч. "По-строгите мерки и правила дават положителни резултати - броят на катастрофите значително намалява, респективно - спасяват се човешки животи. За да бъдат свалени тези ограничения, трябва да бъдат въведени изисквания за стаж зад волана, например изминат пробег между 5000 и 10 000 км", уточни шефът на асоциацията.

Утвърдени фирми за шофьорски курсове предупреждават, че нелегитимизирани "инструктори" предлагат пакет

от практически и теоретични занятия на ниски, дъмпингови цени и в крайна сметка не извършват поетия ангажмент. "За цени от 300 лв. няма как да бъдат осигурени 31 часа кормуване и отделно лекции по теория", коментира инструкторът Росен Григоров от Българския съюз на автомобилистите. Според него може да бъдат направени промени в Закона за движение по пътищата, които да позволят на младите шофьори по-лесно да овладеят колата. А именно - да им се позволи да карат с придружител на полигонони, черни пътища и обособени места още преди да вземат книжка, за да понатрупат опит.

Браншовите организации предлагат да бъде въведен по-строг контрол и чрез увеличаването на камерите за видеонаблюдение

и ограничение на скоростта на възлови места. "Камерите са най-доброто средство за наказване на нарушителите, особено в малките населени места, където масово се кара без колани, а шофьорите си позволяват и да пият, защото се позна-

ват с полицаите. Апаратът не разпознава дали това е кметът, даскалът или попът, а просто идентифицира нарушител. Всяко такова устройство се изплаща за около пет-шест месеца и след това започва да трупа приходи, така че инвестицията определено си струва" - обясни Владимир Тодоров. Пак поставянето на камера с електронно табло за вдигнатата над разрешената максимална скорост може да намали катастрофите на редица опасни участъци. Такъв например е тунелът на НДК, който е слабо осветен и потенциално опасен, ако се вдигне висока скорост. Предложението на експертите е да се постави камера в началото на тунела, за да не се допуска "излитане" на автомобила от платното, ако не успее да вземе завоя, щом навлезе в тунела, и забиване в спирката на градския транспорт, което се случва поне веднъж месечно.

От Асоциацията на пострадали при катастрофи са категорични обаче, че няма политическа воля за законови промени.

Ниската събираемост на глобите е също сериозен проблем.

"Всяка втора глоба не се събира, а оттам се насажда и чувството за безнаказаност на нарушителите. Говорил съм си с мои познати - германец и американец, които са изключително дисциплинирани шофьори, но прекарвайки три месеца в България и виждайки масовите нарушения на правилата, те също започват да престъпват закона. Ето защо наказателните такси трябва наистина да се събират и харченето им да бъде прозрачно. Има фонд към системата на МВР, в който би трябвало да отиват парите от събраните глоби, но през последните години той се оказва тема табу. Не се знае колко пари има в него, нито за какво се харчат", обобща Владимир Тодоров. Според него

част от средствата могат да се изразходват за информационни кампании и ангажиране на общественото внимание.

В Холандия например по националните телевизии се пуска клип, на който се вижда как хора в компания, отишла на дискотека, първо хвърлят зарчета. На един се пада да остане трезвен и той има ангажмента да прибере всички останали. Зад такива добри практики застава държавата и това оказва положително влияние върху културата за безопасно движение по пътищата.

"Навиците за правилно поведение на пътя започват още от родилния дом и ще ви дам пример. През 2013 г., когато британският принц Уилям и

съпругата му Кейт показаха на бял свят за първи път сина си Джордж, те бяха отличен образец за обществото. Приблизително се от болницата след изписването, те поставиха бебето в специална кошница за автомобил, сложиха я на задната седалка и я закопчаха с колан. Такова поведение е правилно и трябва да се прокламира сред хората", категоричен е защитникът на правата на пострадали при катастрофи. Според него на всяка крачка от израстването на детето - познаването на цветовете, пресичането на улицата, разпознаването на пешеходните пътеки, знаци и т.н., родителят и учителят трябва да го наставляват за правилно поведение на пътя.

От години браншовите организации алармират, че училищното обучение по безопасност на движение е формално и недостатъчно.

А резултатите са повече от трагични и примерите са много. От жестоката катастрофа в дупнишкото с. Яхиново, при която пиян 19-годишен шофьор уби себе си и още четирима, до нелепата смърт на кардиохирург моторист заради необезопасен пътен участък в ремонт в столицата. "Асоциацията помага и консултира всякакви хора - пострадали при катастрофи, виновни шофьори, семейства на жертви на войната по пътищата, велосипедисти, мотористи и т.н. Помагаме с правни консултации, със съвети, с морална подкрепа и насочване към специализирана психологическа помощ. Хората като цяло не са наясно с правата си след катастрофа и не знаят какво да правят. Ако имат нужда от адвокат, ги насочват към квалифициран юрист по пътно-транспортни произшествия. Имаме стотици успешни случаи, доведени до справедлив финал. Такова е делото на група мотористи, които катастрофираха на магистрала "Хемус". В резултат на недобро изпълнение на смяна на пътната настилка около мост са се образували бабуни, големи 20-25 см. При висока скорост един моторист буквално изхвърча от пътя. Те бяха карали под 100 км/ч и се бяха разминали само с наранявания - счупени ръце, крака. Осъдихме Пътната агенция и беше изплатено добро обезщетение на хората", разказа Владимир Тодоров.

ДЕХИДРАТИРАНИТЕ ШОФЬОРИ СА ПО-ОПАСНИ ОТ ПИЯНИТЕ

До този извод стигнаха британски учени от Кралския колеж в Лондон и от университета Латбороут, цитирани от в. "Дейли мейл". Добрата хидратация е един от факторите за висока концентрация, особено през летния сезон, затова шофьорите се призовават да пият достатъчно вода, докато са зад волана. Препоръчителните дози за жените са над 1,6 л вода на ден, а за мъжете над 2

л на ден. Когато шофьорът е жаден, се появяват проблеми със зрението, което води до забавена реакция при червен сигнал или стоп светлини и грешна преценка на разстоянията. В такива обстоятелства водачът е склонен да кара с превишена скорост и да надценява способностите си, което неминуемо увеличава риска от катастрофа.

Мирослава КИРИЛОВА

Вече никой не се съмнява, че дейността на дървената мафия достигна чудовищни размери. Сече се поголовно в Странджа, Родопите, Рила, Пирин, Стара планина и Североизточна България. В момента обаче, когато властите анонсират пакет от нови мерки за справяне с убийственото унищожаване на горите, екоорганизации алармират, че предложенията са само козметични и няма да засегнат изначално гнилите корени в някои точки от закона, който би трябвало да съхрани зеленото богатство на страната ни.

Ето защо Коалиция "За да остане природа в България" предлага 16 лесно приложими мерки, които са съгласувани с лесовъди и специалисти в бранша и могат реално да ограничат незаконното изсичане на гората.

На първо място се предлага Законът за горите да ограничи износа на незаконна дървесина, като се разреши единствено на държавните горски предприятия да изнасят необработена дървесина, която е добита от държавните гори.

Второто важно предложение е забрана за дърводобив извън работно време

и даване право на контролните органи да конфискуват всички средства, използвани за незаконен добив и транспорт на дървесина, независимо от собствеността. "Досега ставаше така, че лесничият хваща в крачка браконieri, но не може да иземе нито превозното средство, в което са товарени дървата, нито, да кажем, моторната резачка. Причината е най-често в твърденията на нарушителя, че моторният трион е на леля му например, превозното средство - на братовчед му, и т.н. Роднините от своя страна заявяват, че не са знаели за какво се използва собствеността им и в крайна сметка браконьерите се отърват с нищожна глоба", обясни един от авторите на предложенията - екологът и лесовъд Тома Белев. Като бивш шеф на Асоциацията на парковете в България и ексдиректор на Национален парк "Витоша" събеседникът ни се е обсъждал с какви ли не фрапантни случаи на нарушения.

Един от "двигателите" на легализирането на незаконната сеч например е хартиеният превозен билет.

При добива на дървата за огрев и технологична дървесина нормативната уредба изисква в различните етапи на дърводобива - от сечището до крайния получател, да се води необходимата документация. Практиката показва, че незаконно добитата дървесина най-често се транспортира, без да се описва в протоколите за приемане и освидетелстване на сечищата и без да се отчита коректно при пренасянето на дървесината. "При спиране за проверка превозвачът попълва на крак необходимия билет - дата и час. Освен това един хартиен билет със срок на действие 12 часа позволява да се направят многократно повече курсове, например 15-20, особено за кратки разстояния (от гората до селото)", обясни още Тома Белев.

Проблемът до известна степен би бил решен с цялостно премахване на хартиените билети и въвеждането на електронни превозни документи.

"До няколко месеца ще приключи процесът по цялостно въвеждане на електронни билети във всички 38 териториални поделения, от които 33 държавни горски стопанства и 5 държавни ловни стопанства, за които отговаряме. Системата дава добри резултати, където вече е въведена", съобщи за в. "Жи-

Екозащитници предлагат 16 начина за справяне с незаконната сеч



вотът днес" от Югозападно държавно предприятие, което стопанисва държавните горски територии в седем административни области - Благоевград, Кюстендил, София град, София област, Пазарджик, Перник и Ловеч. Добри резултати дава и отбелязването на добива с контролни пластмасови пластини. Редица европейски държави като горските стопанства в Сърбия, Хърватия, Словения, Гърция и др. ги използват изцяло. Разходите за пластини се оценяват на около 0,50 лв. за 1 м³.

Друго предложение е мащабната сеч в частните гори да се ограничи, като в закона се включи изискването всички законни собственици на определена гора да дадат съгласие за сеч, а не дейността да се извършва с позволение само на един от тях, без знанието на останалите.

Специалистите препоръчват

да се изработят и прилагат ефективни стратегии за повишаване на квалификацията и мотиваци-

ята на горските инспектори, както и поставянето на по-големи изисквания за квалификация и отговорност към лесовъдите. "Как ще бъде мотивиран да работи ефективно и да се бори със злоупотребите с дървесина горският стражар срещу 400-450 лв. заплата?", риторично пита Тома Белев. Горските стопанства често остават безмълвни свидетели на случващото се, а понякога техни служители са активни съучастници, че и организатори на изсичането.

"Незаконната сеч може да се бори само с повече контрол, мястото на лесничия е в гората. Обучението на служителите в горските стопанства неизменно е в тяхна помощ. Може да се работи в посока увеличаване на контролните им функции", коментира инж. Александър Кроснев, директор на Държавно горско стопанство "Самоков".

Природозащитниците призовават в Закона за горите да бъде ясно вменена и материална отговорност на всички участници в дърводобивния процес **при допуснати нарушения, за**

да се прекрати порочният модел отговорността за всички злоупотреби в горите да се прехвърля на секачите.

Според екоактивистите сега е моментът да бъде предотвратена и една от най-големите опасности за българските гори - концесиите за дърводобив. "Наложително е премахването на възможността за сключване на дългосрочни договори за възлагане на добив на дървесина и продажба на дървесина на корен, с изключение на продажбата на добита дървесина. Дългосрочните договори, например от по 5 години, не само не решават никакъв проблем на държавата, но на практика, при сегашните високи корупционни нива, създават условия за още по-занижен контрол и още по-значителни злоупотреби", коментира Тома Белев. Според него

с увеличаването на позвоелните за сеч проследяването на дейността на множество

обекти става почти невъзможно

за горските стопанства. "Свидетелство за неработещата система е признатата невъзможност на държавата да контролира изпълнението на концесията за ски зона Банско в Национален парк "Пирин", проблемите с дългосрочните договори за добив в Трън и Етрополе, както и ловните концесии в Родопите, Странджа и Стара планина", допълни Белев. Опитът на Румъния, където австрийска фирма монополизира добива на дървесина и завзе почти една трета от пазарния дял, показва, че дългосрочните договори унищожават малкия и средния бизнес. Причината е, че единствено големите фирми могат да покрият изискванията за дългосрочни концесии.

Борбата с незаконната сеч е огледало на цялостната битка с престъпността у нас - ефективните присъди са твърде малко и обикновено пред съда се изправят "дребните риби" в голямата игра на дървената мафия. Показателно е и че събираемостта на глобите по наказателните постановления за незаконна сеч в национален мащаб е доста ниска - между 10 и 15%.

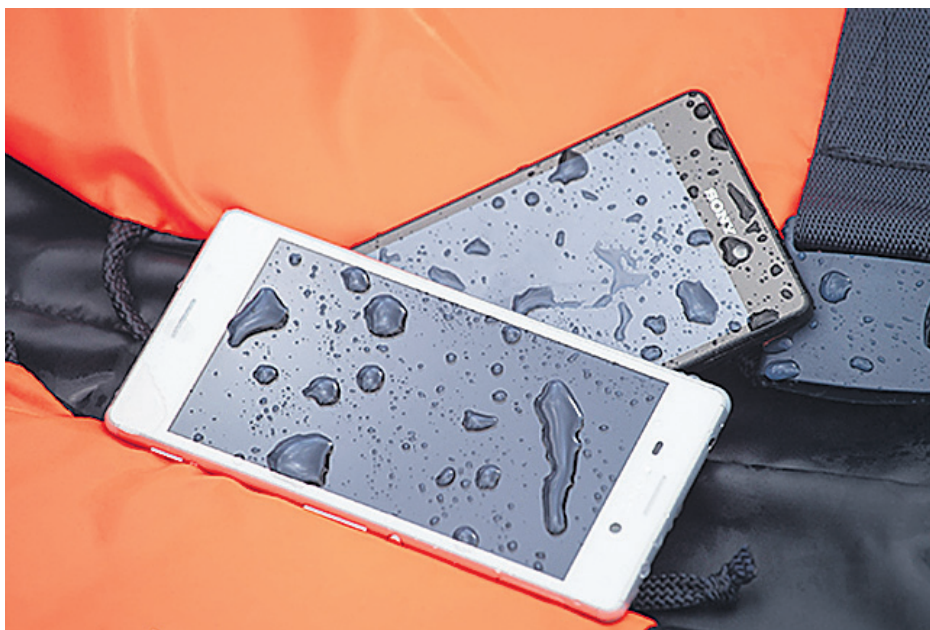
"Сивият сектор работи навсякъде - от сечището, през склада до дървообработващата и мебелната индустрия, и той е най-големият проблем на сектора", коментира Елица Ненчева, изпълнителен директор на Браншовата камара на дървообработващата и мебелната промишленост. Според нея проблемите могат да се решат с по-ефективни регулации, с по-добър диалог и партньорство между неправителствените организации, бизнеса и държавата.

От началото на юни магазинната мрежа на VIVACOM предлага изключително атрактивна комбинация - най-новия смартфон Sony Xperia M4 Aqua на специална цена от 16,90 лева на месец с най-добрия абонаментен план Net&Call XXL от VIVACOM за две години.

Хитовото устройство бе представено официално от Sony Mobile и VIVACOM в RIU Pravets Resort. Гостите на бутиковия пикник край брега на езерото имаха възможността да тестват лично водо- и прахоустойчивостта му (гарантирани със сертификат IP65/68) и изключителните 13MP камера с автофокус и 5MP селфи камера с широкоъгълен обектив.

Освен с удължения живот на батерията (гарантирани минимум два дни), с качествата си за активно ползване при всякакви пътувания

VIVACOM с официална премиера на последните модели XPERIA от Sony



и екстремни приключения, Xperia M4 Aqua впечатли всички присъстващи и с класическия си дизайн и леко тя-

ло, с перфектно качество на картината и мощен осемядрен 64-битов процесор Qualcomm® Snapdra-

gonTM 615 с последната версия на Android - v5.0 (Lollipop).

Своя дебют в България направи и послед-

ният флагман на Sony - Xperia™ Z3+. От края на юни пръв сред операторите VIVACOM ще предложи и новото първокласно допълнение към Xperia™ Z3 серията на Sony.

Наред с новото портфолио от атрактивни устройства и изключително добри преференциални условия, през юни VIVACOM ще предлага и отлични пакети качествени и достъпни мобилни и фиксирани услуги. Частните клиенти на компанията могат да се възползват от продължаващата промоция - 50% отстъпка за домашен интернет и телевизия за една година - едно от най-популярните предложения на телекома. По желание на

потребителите и през юни те ще имат възможността да комбинират планове за двете услуги, като базовият пакет за скорост 20 mbps и повече от 40 тв канала ще е само за 8,90 лв. на месец за първата година вместо досегашните 17,80 лв.

Последните новини, свързани с преносимостта на мобилните номера в България, са изключително добри за VIVACOM. Броят на всички абонати, които са избрали да прехвърлят своя мобилен номер от един оператор към друг, вече е над милион. 60% от тези абонати са избрали именно този телеком, показват данните от общия регистър на всички оператори.



до 30^{ти}
ЮНИ

ЕЛА В НАШ МАГАЗИН И МОЖЕШ ДА СПЕЧЕЛИШ ЖИЛИЩЕ

За повече информация www.vivacom.bg

Участието в томболата е свързано с регистрация в обект от магазинната мрежа на VIVACOM в периода 1-30.06.2015 г. и не е обвързано с покупка. Победителят може да избере да получи жилище на стойност до 100 000 лв. или сума в размер на 100 000 лв.

Windows 10 тръгва към потребителите в края на юли

Новата версия на популярната операционна система на компанията Microsoft беше наречена Windows 10, въпреки че предишната беше Windows 8. Прескачането директно на десетката не е случайно. Компанията просто иска да се дистанцира от не особено популярната предишна версия. Пропускането на деветката символизира огромната крачка напред, изразена в ориентацията към интернет и към мобилните ползватели. От Microsoft нарекоха Windows 10 "най-мощната платформа в историята".

Според водещите презентацията на новата операционна система Windows 10 ще навлезе в общо 190 държави от 29 юли и ще включва нововъведения в защитите. Той ще бъде достъпен за безплатно обновяване за онези, които използват Windows 7 и Windows 8.1 По този начин милиони потребители по цял свят ще имат възможността да преминат към



новата операционна система безплатно.

Както при всяка предишна версия на Windows, Start менюто ще бъде мястото, от което потребителите ще получават достъп до всичките си програми, организирани по азбучен ред. Освен това ще осигурява бърз достъп до важни елементи като настройките.

Но подобно на Windows 8, новият Start бутон ще включва и две колони с панели, които могат да променят размера си и да показват най-скорошната информация за времето, съобщения от социалните мрежи, спортни резултати, борсова информация, последни снимки и други.

"Windows 10 се стартира бързо, реагира бързо и позволява батериите на устройствата да издържат по-дълго от всякога. По-сигурен от когато и да било, Windows 10 включва Windows Hello, Microsoft Passport и Windows Defender за защита от зловреден софтуер, както и ангажимент да достави безплатно текущи актуализации на защитата за целия жизнен цикъл на устройството", посочват от компанията.

Освен обновения десктоп вариант на Office 2016 Windows ще предложи нови версии на Word, Excel, PowerPoint, OneNote и Outlook.

Мила
ХРИСТОФОРОВА

От няколко години насам се говори, че предприемачеството трябва да стане част от учебните програми. В някои училища то дори се изучава като профилиращ предмет по програми и учебници на организацията "Джуниър Ачийвмънт". За първи път обаче миналата седмица от просветното министерство обявиха, че то ще се превърне в задължителна част от учебните програми на децата от шести клас нагоре. Все още не се знае дали ще бъде структурирано като отделен учебен предмет, или знанията в тази област ще бъдат "разхвърляни" като част от различните предмети, които децата ще изучават.

След няколко години втората матура вече може да бъде и по... предприемачество. Това ще бъде записано в новия Закон за училищното и предучилищното образование, който в момента се гледа на второ четене от образователната комисия в парламента. Идеята този предмет да се превърне в своеобразен фокус на образованието ни е свързана с цялостната стратегия училището и университетът да се отворят към практиката.

Според заместник-министъра на образованието проф. Николай Денков проблем в това отношение има както в България, така и в цяла Европа.

Той е свързан дори не само с образователната система, а и с начина, по който се възпитават децата в Европа и САЩ.

"В Европа обикновено на децата се внушава още отрано "Внимавай да не направиш грешка", докато англо-



Предприемачеството влиза в програмите от шести клас

● В началото децата ще учат що е кредит, по-късно ще получават знания как се прави бизнес

езичните държави залагат на принципа "Бори се и ще успееш. Дори да сгрешиш днес, ще успееш утре" - пояснява той. - Именно заради това техните икономики успяват да се възстановят по-бързо във времена на криза, докато в по-предпазливите европейски държави този процес е по-бавен." Според проф. Денков това е причината дори и научните открития в Европа по-бавно да достигат до комерсиализация и да намират път към пазара.

За да се преобърне този стереотип, се залага на въвеждане на предприемачески знания още от най-ранна възраст.

В шести клас предприемачеството вече ще се изучава сериозно, а в университетите ще има специални лекционни курсове по този предмет.

При това те ще се провеждат не само в

пазарно ориентирани специалности, а и във всички останали.

Обучението по предприемачество в училище ще започне с въвеждане на основни понятия, свързани с личните финанси. В първите години от неговото преподаване децата ще научават какво са спестявания, що е кредит и що е лихва, на какво трябва да се обръща внимание при сключване на подобни договори. Досега тези знания не бяха част от учебната програма и именно заради това според експерти

младите, току-що завършили училище, се превръщат в чести "жертви" на фирми за бързи кредити или сключват договори за заеми, несъобразени със способността им да ги изплащат. В момента програмите на "Джуниър Ачийвмънт" въвеждат подобни знания, но децата ги учат само в избираема подготовка, а не като задължителна

част от учебната програма. Те се запознават и с различните професии, правят презентации за това какво работят родителите им, учат какви са първите стъпки при формирането на бюджет, какво е разход и какво е приход.

В по-горните класове учениците вече ще започнат да получават по-сериозни икономически знания, свързани не само със собствените им финанси, а и с начините, по които се прави бизнес. Един от вариантите да станат по-компетентни във финансовата сфера е и

чрез създаване на тренировъчни учебни фирми, в които децата да създават и "продават" виртуален продукт, да генерират "печалби".

Такива фирми в момента има например Националната търговско-банкова гимназия, като учениците успеш-

но участват в международни състезания и печелят призови места. Програмите на "Джуниър Ачийвмънт" също включват подобни дейности, като децата от най-малки правят "фирми", организират базари, където продават например изработени от тях картички и рисунки и след това заедно разпределят "печалбата", която са получили.

Във висшето образование въвеждането на предприемачество ще се стимулира и с финансови средства. Университети, които работят върху допълнителни мерки за стимулиране на иновациите и създават специални лекционни курсове в тази посока,

ще получават допълнителни пари по оперативната програма "Наука и образование за интелигентен растеж".

Освен това специални оценки за качество ще получават кариерните им центрове в зависимост от това какви мерки вземат за реализация и стажове на студентите. Крайната оценка на висшето училище, на базата на

която държавата ще му отпуска финансиране, ще зависи и от оценката на кариерния му център.

Специално стимулиране ще получават университети, които включват студенти в научноизследователската дейност. Парите за наука пък ще се диференцират според това какви резултати е показал университетът досега. В момента всички вузове получават пари за научни изследвания, но около 20 от тях нямат никаква видима научна дейност, нито цитати от изследванията си в международните бази данни.

Заместник-министърът Николай Денков подчерта също, че

пари на висшите училища за изследвания ще се дават само ако бъдещият научен продукт е обвързан с реален продукт на икономиката.

Пари за "абстрактна" наука, тоест такава без евентуално реално практическо приложение, няма да се отпускат.

Ще има и специална диференциация на университетите, които вече ще се делят на изследователски и образователни. Вторите на практика само ще обучават студенти, но няма да се занимават с научни изследвания и няма да получават субсидия за тази цел. В момента около 4-5 университета у нас правят наука на високо ниво и още около 10 са видими в международните бази данни. Интересно обаче е, че според рейтинговата система точно вузовете, които най-масово включват студентите си в научноизследователска дейност, в момента отчитат най-ниски научни достижения в изследванията си. Има висши училища, които на практика са включили до 90% от студентите в някакъв вид изследвания или анкети, но нямат нито една международна публикация в престижно научно издание. *Водещи в научните изследвания са Софийският университет "Св. Климент Охридски", Медицинският университет в столицата и Техническият в София, следвани от Химико-технологичния университет.*

Гергана ПЕТКОВА

По 33 дни отпуск - толкова са необходими на всеки от двамата родители, за да запълнят 3-месечната ваканция на своето дете. На самотен родител са нужни 66 дни. Нещо, което няма как да се случи. И всяка година малко след 24 май, когато първолаците приключват учебните занятия, и малко преди 15 юни, когато завършват по-големите, идва въпросът: Какво да правим детето през лятото?

Летата отдавна не са това, което бяха преди 20 години - заминаване на село при баба и дядо, игри до тъмно пред блоковете в жилищните комплекси на големите градове, няколко седмични летни лагера на море и планина. Ваканциите вече са време за... допълнително учене, съчетано с игри и познавателни занимания. И съответно изискват специален бюджет, внимателно планиране и всекидневно очакване на онова типично за новите поколения изречение: Какво да правя, всичко е скучно?!

Юни и юли са най-критичните ваканцион-

ни месеци. Толкова критични, че вече има специален справочник за културните събития за деца. Организаторите му са се постарали да съберат на едно място всичко, което се случва тогава за малки и по-големи ученици. Като например концерти в паркове, голямото лятно четене на открито, което е безплатно, или работилничката за изработване на различни предмети срещу 2 лева на ден. Музеите из цялата страна също имат свои програми, предлагащи забавления за децата, изработване на различни предмети и запознаване с историята. Най-високата сума е 20 лева за цял ден, като не е



Ваканцията гойде - къде да дяна детето?

задължително детето да ходи там всеки ден.

За малко над 100 лева софиянци могат да осигурят на детето си приключение на Витоша, като организаторите вземат участниците с маршрутки от кварталите, в които живеят. В другите големи градове работят много занимални. Програмата им е желазна - четене на задължителната лятна лите-

ратура, изучаване на чужд език, математика и игри. Има школи, в които за двата месеца - юни и юли, таксата е 330 лева, като заниманията са целодневни. Иначе средната цена е 200 лева за месец целодневни занимания. Храната обаче се заплаща отделно - 5 лева на ден или детето трябва да си носи домашно приготвени сандвичи. Зани-

малнята може да е и само половин ден, така че ако родителят работи на смени, са възможни комбинации и съответно е по-евтино. Има отстъпки за второ дете или ако доведеш приятел, а първият ден е безплатен.

От няколко години хитът за по-големите ученици са курсовете по китара. Правят ги читалищата, а през лятото

организируют лагери за курсистите, например по брега на Дунава. Спи се на палатки, има столова с купони, до Видин се пътува с влак (заради приключението) и за 7 дни 50 лева стигат. В някои училища функционират занимални, където таксите са символични, други предлагат безплатни тренировки по различни спортове. Те се организират от образователното министерство и са по програма, така че родителите не плащат нищо. Но заетостта на децата е няколко часа, а не целодневна.

Може да изпратите детето и на частен лагер - има много. Те също работят на принципа учене с игри. Повечето от тях са натрупали дългогодишен опит с организацията и родителите и децата са все по-доволни от тях. Цените са около 300 лева за седмица. Има и родители, които се кооперират помежду си в отглеждането на децата. Това важи за по-малките и не са необходими средства, а повече усилия за забавлението им.

Летни занимания за най-малките

Ако предпочитате сами да се занимавате с детето си въкъщи през лятото, на пазара има образователни продукти, които ще ви свършат добра работа. Издателство "Просвета" предлага голямо разнообразие от книжки за най-малките.

"От точка до точка"



"От точка до точка" е поредица от книжки за деца на 5-6 и 6-7 години. Тези издания са предизвикателна алтернатива на обикновените книжки за очертаване и оцветяване - за да получи картинката, вместо точки детето трябва да свърже различни прости символи в определена последователност по модел. Този подход стимулира не само моториката на детето, но и неговата памет, съобразителност и концентрация. То използва своето въображение и логическо мислене, а след като очертае картинката, може и да я оцвети.

"Рисувам стъпка по стъпка"



Със занимателната поредица "Рисувам стъпка по стъпка" децата на възраст 4-5 и 6-7 години се научават да рисуват по образец. Целта на тези книжки е чрез основни елементи те да оформят фигури и предмети, следвайки няколко лесни стъпки. Дори и най-малките ще се научат сами да рисуват играчки, домашни животни, превозни средства и предмети от бита. "Рисувам стъпка по стъпка" осигурява на детето необходимото поле за изява, където може да създаде първите си художествени произведения, с които да се гордее. Книжката развива както фината моторика, така и наблюдателността и уменията на детето да се концентрира и да възпроизвежда по модел.

"Математически възшебства"

"Математически възшебства" е поредица от две книжки според степента на трудност и възрастта на детето. На пръв поглед представлява лабиринт от числа и форми. Когато с помощта на цифрите полетата се оцветят в съответните цветове обаче, те разкриват живописни изображения. По този начин детето едновременно учи числата, рисува и се забавлява, а и усъвършенства своите двигателни умения. Заглавията от тази поредица неусетно го подготвят за 1. клас и го превръщат в малък художник.

"Весели картинни загадки"

За същата възрастова група издателство "Просвета" предлага и поредицата "Весели картинни загадки", тематично обособена в две издания: "Футбол" и "Елфи и феи". В тях децата трябва да разрешават спортни ребуси и приказни загадки, изобразени по увлекателен начин, а верните отговори на упражненията ще намерят на гърба на всяка страница. С помощта на тези занимателни книжки за решаване и оцветяване освен моториката те развиват и въображението, наблюдателността, логическото мислене и концентрацията си.

Всички издания на "Просвета" ще намерите при представителите на издателството във всеки областен град в страната и в търговските обекти на издателството - виж www.prosveta.bg.

"Четящите детективи"

За първокласниците прекрасен подарък за края на учебната година са заглавията от поредицата "Четящите детективи. Рисувай с нас!". Те са уникална комбинация от книжка за четене и книжка за рисуване, в които детето допълва илюстрациите въз основа на прочетения текст. Детективът му помага, като му поставя конкретни задачи. Историите в тях "Мимо учи за магьосник" и "Принцеса Ела търси приключения" са красиви и увлекателни и стимулират творчеството на децата.



„ЗЛАТНО ПЕРО“ ЗА АЛЕКСАНДЪР МУТАФЧИЙСКИ



Звездата на Държавния музикален театър баритонът Александър Мутафчийски беше отличен с престижната награда "Златно перо" за принос към българската култура и изкуство. За 20-и пореден път радио "Класик ФМ" и галерия "Макта" раздадоха наградите на тържествена церемония.

Александър Мутафчийски никога не оставя публиката равнодушна, най-често аплодисментите започват още с появяването му на сцената. Независимо дали излиза като граф Канчиано (Бони) в "Царицата на чардаша", барон Коломан Жупан в "Графиня Марица", Йозеф във "Виенска кръв", цар Менелай в "Хубавата Елена", Иван от "Българи от старо време", Станчо Квасников в "Службогонци", лелята на Чарли в едноименния мюзикъл и много, много други...

Никой не може да изчисли математически на какво се дължи успехът на един актьор и певец. Но това, което със сигурност може да се каже за Мутафчийски, е хармоничното съчетание

между гласови данни, актьорска игра и танц. Понякога го наричат новия Видин Даскалов. Това сравнение сигурно му прави чест, но Александър отдавна завладява публиката със своя собствена сценична магия.

Александър Мутафчийски е роден във Варна. Завършва като магистър Вокалния факултет на НМА "Панчо Владигеров" - София, специалност "Оперно пеене", а в момента е докторант по оперна режисура. От 1997 г. е солист на Държавния музикален театър. "Златно перо" е поредната награда за него. Той е лауреат и носител и на Първа награда на Първия конкурс за млади оперетни и мюзикълни певци "Мими Балканска" - 1997 г. Два пъти е удостоен с престиж-

ната награда "Кристална лира" на Съюза на българските музикални и танцови дейци за върхови постижения в музикалната култура в категорията "Оперно и оперетно изкуство" - през 2003 и 2012 г. Има записи за фондовете на БНТ и БНР, както и издаден диск с популярни детски песни. Гастролирал е самостоятелно и с трупата на Музикалния театър в много градове на България, Турция, Гърция, Германия, Австрия, Швейцария, Холандия, Люксембург, Белгия, Дания, Китай и Япония. А преди броени дни заедно с друга звездна прима на оперетата - Катерина Тупарова, представи страната ни на Международния музикален конкурс "О-фест" 2015, който се проведе в столицата на Украйна - Киев. (ЖД)



Александър Мутафчийски и Катерина Тупарова като Бони и Щаси в „Царицата на чардаша“
Снимка ДМБЦ



ДИМИТЪР ЙОСИФОВ ОТБЕЛЯЗВА С КОНЦЕРТ 55 Г. НА СЦЕНАТА

На 15 юни от 19 ч. в Зала "България" с Вечер на италианската песен известният певец Димитър Йосифов ще отпразнува 55 години на естрадата и 80 години на житейската сцена. В концерта освен юбилея ще участват и Йорданка Христова, Маргарита Хранова, Поли Генова, Добринка Икономова, Паскал, Михаил Йончев. Специален гост от Италия ще бъде Сузи Пинтос, която преди години е пяла у нас с голям успех.

В програмата са включени най-популярните и любими на поколения българи италиански мелодии от 60-те, 70-те, 80-те и 90-те години. Димитър Йосифов ще се върне към началото на кариерата си с първата песен, която е записал през 1959 г. - хитовата и до днес "Воларе". Неслучайно и биографичната книга с приложен вътре компактдиск, която Йосифов издаде наскоро, се казва "Воларе (бел.ред - "летя") София - Сан Ремо". Певецът е известен и като най-добрия познавач на прочутия италиански фестивал. Почти няма издание, на което да не е присъствал лично. Самият той е запи-

сал над 150 италиански песни, а над 5 милиона плочи с гласа на Димитър Йосифов са продадени за изминалите 55 години. Едва ли има семейство, което да не притежава плочи с неговите песни. Сред най-известните са "Марина", "Бела Белинда", "Приятелю", "100 милиона или левче", "Лудо сърце". Част от тях ще прозвучат на живо и на 15 юни.

Йосифов преведе на български автобиографичната книга на Ал Бано и Ромина Пауър, като по-голямата част от трихилядния тираж той подари на приятели и почитатели. Сега разчита, че всички тези хора ще дойдат на концерта му, за който билетите са на народни цени.

Една от причините за световния успех на италианската песен се крие в красотата на неаполитанските мелодии. Те от векове стават основа за развитие на забавната музика в цялото Средиземноморие, а от там и по целия свят, казва Димитър Йосифов. И добавя, че предстои до Нова година да издаде нов диск с неаполитански песни. Вече 5 от записите са готови, а върху останалите се работи усилено. (ЖД)

НАШ ФИЛМ С ГОЛЯМ УСПЕХ В НЮ ЙОРК



Българската лента "Потъването на Созопол" продължава да покорява върховете на филмовата индустрия. От току-що завършилият "Международен филмов фестивал Ню Йорк Сити" тази кинотворба се завърна с наградата "Най-добър чуждестранен филм".

"Потъването на Созопол" се конкурира със 17 заглавия от цял свят. Заедно с американския "Фантомът Хело" на Антония Богдано-

вич и английския "Зима" на Хайди Грийнсмит, нашият бе с най-многобройни номинации.

В крайна сметка "Потъването на Созопол" грабна наградата за чуждестранен филм, "Фантомът Хело" - за американски, а "Зима" взе наградите за режисура и мъжка роля на Тони Фланган, познат ни от филмите "Смело сърце" и "Гладиатор". Това бяха и трите най-посетени филма на фести-

вала.

"Международен филмов фестивал Ню Йорк Сити" има висок национален и международен авторитет, той е един от най-уважаваните във фестивалния кинокалендар. Основната му цел е да покаже най-доброто от световното кино и да предостави поле за изява на утвърдени и млади таланти. От миналогодишния конкурс един игрален и един късометражен филм

влязоха в надпреварата за наградите "Оскар".

"Потъването на Созопол" е продукция на "Бърф филм" с подкрепата на Националния филмов център. Режисьор е Костадин Бонев, музиката е на Николай Иванов - Ом, операторската работа е на Константин Занков, в ролите са Деян Донков, Снежина Петрова, Светлана Янчева, Стефан Вълдобрев, Васил Гюров. (ЖД)

С акад.
Григор
Велев
разговаря
Румен
Леонидов



Акад. Григор Велев

Акад. Велев, стигнахме до създаването на българска държава с "народна демокрация"... Какво означава това?

- С окупирането на България от Съветския съюз започва цялостна реформа на обществената и социалната система на българската държава. Официално е обявено създаване на система на "народна демокрация", която е аналог на "диктатура на пролетариата". Нейното налагане започва с т.нар. социалистическа революция, изразяваща се в коренни промени на обществения строй и икономическата система от "капиталистическа" в "социалистическа".

- Кои са основните етапи, през които протича новият обществено-политически процес?

- Една от първите грижи на ОФ властта след 9.09.1944 г., ръководена от комунистическата партия, е да създаде апарат за репресии. Старата Държавна сигурност е разпусната и на нейно място се създава нова - от активисти на БРП (к), предимно партизани и политзатворници. Още на 10.09.1944 г. "полицията" е трансформирана на "милиция". Започва активна работа по създаване на агентурен апарат от доносници на ДС.

- Кога започват вътрешнопартийните репресии?

- След смъртта на Г. Димитров през 1949 г. предимно срещу членове на БРП (к), които са живели и са се борили срещу бившата власт в България. На първо място това е Трайчо Костов, който е вторият човек в партията и който е негласен

Първите концлагери след Девети септември 1944

водач на местните (националните) комунисти, които не са емигрирали в СССР. През 50-те години Вълко Червенков маркира нов враг - "врага с партийен билет". През 1949-1950 г. започва сериозна чистка сред активистите на партията. На Националната партийна конференция през 1950 г. Вълко Червенков заявява, че 92 500 членове на партията са изключени от нейните редове. Така се ражда тоталитарната държава, един от символите и фундаментите на доктрината на комунизма.

- Но паралелно с това върви и прочистването на държавния апарат, армията и бившата полиция...

- Да, веднага след като приключва кървавата вакханалия и дейността на Народния съд, в страната започва системно прочистване на държавния апарат, армията и полицията от привърженици на бившия режим, наречени "фашисти". Всичко това се върши от членовете на комунистическата партия при условия на масов терор, страх и пълно обкръжане сред политическите им съюзници, членувачи в ОФ. Този процес на трансформация от "капиталистическа" в "социалистическа" система се извършва организирано и системно. Всяко несъгласие или публична критика завършва с арест и интерниране в набързо разкритите концентрационни лагери.

- От кога датират първите концлагери?

- По примера на СССР с Наредба-закон на 20 декември 1944 г. у нас се създават "трудововъзпитателни обществени", т.е. концлагери за "политически опасни лица". В тях започват да въдворяват всички несъгласни с политиката на правителството на ОФ. Първите концлагери са открити в град Свети Врач, днес град Сандански, и при язовир "Росица", Севлиево. По-късно се създават лагери край Ловеч, край Перник, известен като Коциан, край Бе-

лене и др. През септември 1949 г. в лагерите са въдворени 4500 души. През целия период на тоталитарния режим са преследвани, арестувани, съдени и интернирани в различни лагери повече от 300 000 души. Освен това хиляди български семейства са разселвани и интернирани в различни краища на страната.

- В същото време националната ни кауза за Обединена България е обявена за националшовинистична и фашистка...

- Една от първите декларации на прокомунистическото правителство е смяна националната ценностна система, която включва на първо място националния идеал като стратегическа цел на нацията и държавата.

От национална държава България е обявена за държава на трудещите се работници и селяни. А националната ни кауза за Обединена България наистина е обявена за фашистка и шовинистична. По-късно ще бъде заменена с идеала за "строителство на социализма". Наред с това българският национализъм е обявен за главен враг на трудовия народ, на който му е наложена идеологемата на "интернационализма", който по-късно пороци националнихизма и спомогна за заличаване на историческата памет у младото поколение българи.

- Какви други промени съпътстват този процес на масова съветизация?

- Една от първите стъпки на ОФ е да отмени съществуващите национални символи. Националният герб е заменен с нов, на който е записана датата 9.09.1944 г., като че ли преди това България не е съществувала. Националният ни химн

"Шуми Марица" е забранен като "националшовинистичен". По политическа поръчка са написани на бърза ръка редица партизански песни, които започват да заливат цялата страна. Червеното знаме е задължително да се развява във всяка къща като символ на извършения политически преврат. От стените на училищните класни стаи се снемат портретите на българските възрожденци. Провеждат се многобройни митинги и събрания, на които присъстващите са довеждани до масова еуфория и до истерични скандирания: "Сталин, Тито, Димитров".

- А каква е участта на патриотичните организации?

- През първото десетилетие след 1944 г. БКП насочва цялото си внимание в борбата за ликвидиране на т.нар. "буржоазен национализъм". Тази позиция на БКП се оформя под влияние на марксистките постановки, които твърдят, че "Пролетариите нямат отечество", че "Националните държави пречат за обединението на пролетариата" и пр.

След това идва решението от 26 януари 1945 г. Това е Наредба-закон за защита на народната власт. С нея се забраняват всички националистически организации, които са квалифицирани като фашистки - това са "Бранник", "Национални легиони", Всебългарската организация "Отец Паисий", "Ратник".

- Кога се пропуква единството в ОФ, от чието име комунистите управляват страната?

- Още от първите месеци на управление на ОФ възникват сериозни търкания и противоречия между позициите на комунистите и

присъдружните партии в ОФ като БЗНС "Никола Петков" и БСДП (широки социалисти) на Коста Лулчев. За да се освободят от тях, се скалпват политически съдебни процеси. Например Никола Петков е осъден на смърт и екзекутиран, Коста Лулчев е осъден на 15 г. затвор и умира в затвора. Интерниран е и водачът на Българската православна църква екзарх Стефан I, и то заради несъгласие с политиката на правителството спрямо БПЦ.

- Кога официално е обявен краят на Царство България?

- На 8 септември 1946 г. се провежда референдум за ликвидиране на монархията. На 15 септември България е провъзгласена за република. На 4 декември 1947 г. Шестото ВНС приема проекта на ОФ за нова Конституция на България. С този акт се заменя съществуващата Търновска конституция с една нова, утвърждаваща България като Народна република.

- Кога Георги Димитров напуска Москва и идва в България?

- На 4 ноември 1945 г. той се завръща в България. На 22 ноември 1946 г. съставя ново правителство. Властта вече е изцяло в ръцете на БРП (комунисти). Политическите противници в страната са изолирани и обезвредени. Пристъпва се и към преустройство на стопанството. За тази цел правителството на ОФ започва активна законодателна дейност, целяща цялостно преустройство на институциите и държавната власт.

- Кога на практика започва тоталитарната национализация на частната собственост?

- Още на 8 март 1945 г., когато 26 ОНС приема "Закон за конфискация на придобити при спекула и по незаконен начин имоти след 1 януари 1935 г.". Веднага след това - на 12 март 1945 г., се приема Закон за трудовата поземлена собственост. Става дума за масова аграрна реформа. Отнема се придобитата над 200 дка земя, която се раздава за оземляване на безимотни или малоимотни селяни. А на 5 март 1948 г. вече се приема и Закон за национализиране на едрата градска недвижима собственост. Казано по-просто, всеки, който има повече от един недвижим имот - къща, дюкян или вила, се отчуждава в полза на държавата. С този акт прокомунистическото правителство решава да лиши от материална опора политическите си противници - българската капиталистическа класа. Но реално този удар е нанесен предимно върху средното съсловие, тъй като едрите капиталисти в България се броят на пръсти. Скоро след това е обявена национализация на всички фабрики, работилници, складове и банки. А на 23 декември 1948 г. се приема Закон за национализация на частните индустриални и минни предприятия. Национализирани са 6100 предприятия. На 26 декември се извършва национализация на 31 частни банки.

БЪЛГАРСКА АКАДЕМИЯ НА НАУКИТЕ И ИЗКУСТВАТА СЪОБЩЕНИЕ

Драги читатели на в. "Животът днес", Българската академия на науките и изкуствата Ви кани да се запознаете с електронния вестник, който издава - "Целокупна България".

Адресът на вестника е: www.celokupnabulgaria.eu



**Търсете в книжарниците книгите
„Българската национална кауза
1762-2012“ и „История на българите
от Македония“, том 1,
на акад. Григор Велев**

Мира ВАЛЕНТИНОВА

Трима български ученици - Венеция Георгиева (18 г.), Никита Овсянников (17 г.) и Борис Зюмбюлев (17 г.), изобретиха "Пеппи" (малък робот, способен да изследва труднодостъпни места) и с него спечелиха първо място в своята категория, а след това бяха избрани за големите победители сред всички проекти на Фестивала по природни науки и инженерство, който се проведе във Виена.

Възпитаниците на Американския колеж в София бяха дадени за пример като успешни млади предприемачи и на един от най-престижните бизнес форуми в света, посветен на дигиталните, технологичните и медийните иновации - CEEDS'15 by Webit, на който присъстваха над 3000 души от 40 държави.

"Не можех да повярвам, когато наградиха нашите деца със златен медал. Имаше толкова много разнообразни роботи - кой от кой похубав. Според мен обаче проектът на Венеция, Никита и Борис грабна журито със своята приложимост" - обясни пред в. "Животът днес" ръководителката на екипа и преподавател по физика в Американския колеж Красимира Чакърлова. "Пеппи" е изобретение, снабдено с ходова част, наподобяваща гъсеницата на танковете.

Роботът може да пътува из труднодостъпни или непроходими за човешки крак местности,

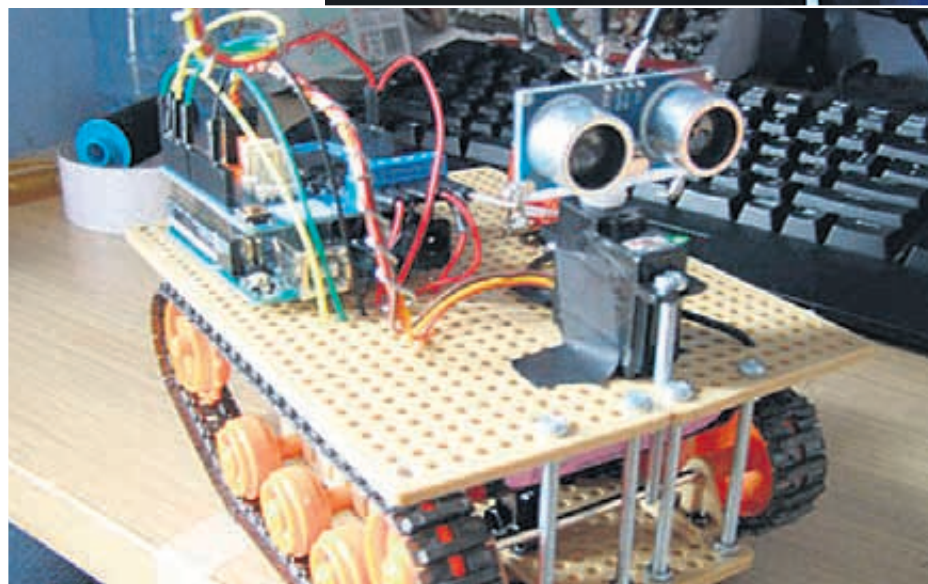
като благодарение на своите сензори изпраща сигнал и информация на компютър. Младите таланти са убедени, че малко по-прецизна разработка на "Пеппи" би могла да послужи на учени, изследователи или туристи.

Както много други добри идеи и хрумването за създаването на робота започва с училищен проект. Венеция и Никита, които учат заедно в профил "Информатика", и Борис (профил "Физика") обединяват усилия, за да създадат не просто изобретение, което може да се движи и изследва заобикалящата го среда, но и да бъде свързано чрез информационна система с мобилен телефон или компютър.

"Вдъхновението за робота идва

от филма "Прометей".

Там героите астронавти откриват нова планета и изследват въздуха и местността със специална кръгла джаджа, която сканира терена с червена светлина и им дава информация за него", разказва Венеция. Тя и момчетата се хващат за работа и създават робота за по-малко от месец. Те представят проекта си на училищния празник



на науките в категория "Модел" през декември миналата година и обира оващите сред съучениците си в Американския колеж.

За участието си във Виена те усъвършенстват робота. Създават специален лабиринт, за да демонстрират уменията му, изготвят писмен доклад за способностите му, както и банер и плакати за промоцията на щанда си. Победата им се оказва изненада и за самите тях.

В другата категория на празника на науките в Американския колеж - "Експериментално изследване",

пък първенците са единадесетокласниците Цвета Каменова, Михаил Георгиев и Мариета Карастоянова, които проучват ефикасността на два химикала, използвани в слънцезащитните кремове.

Робот донесе златен медал на наши ученици



препятствия пред робота или пострадали при аварийни ситуации. Отлична придобивка биха били различни сензори за радиация, температура, за отровни газове и т.н., фарове, механизъм за взимане на проби от въздух.

"Можем да направим робота по-издръжлив, дори водоустойчив със специално покритие", обяснява Борис.

За момента обаче мечтите за разгръщане

и доказване на потенциала на устройството остават на заден план, тъй като възпитаниците на Американския колеж се готвят усилено за предстоящите кандидатстудентски изпити. И тримата искат да продължат образованието си в чужбина. Никита и Венеция са се ориентирали към Великобритания, докато Борис се колебае между САЩ, Италия, Франция и Великобритания. За съжаление не са сигурни дали ще се върнат в България, след като завършат висшето си образование.

"Истината е, че нашите деца са творци, защото науката е върхолица от вдъхновение-експерименти - проби - грешки - успехи. Трябва въображение и смелост. Искам да кажа на всички млади хора: мит е, че науката е трудна. Много е лесна, стига да я обикнеш, стига да ѝ се посветиш. А тя в крайна сметка движи колелото на прогреса. Благодарение на нейните резултати сме улеснени и заобиколили от безброй полезни неща, които се предават за следващите поколения", каза като пожелание учителката по физика Красимира Чакърлова.

Проведе се първото издание на „Деца създават наука“

По повод Деня на детето за пръв път в България се проведе изложението "Деца създават наука" в Добрич. Събитието, което се състоя в Добрич, се организира от Департамента за модерни обучителни методи към висшето училище (ВУМ) и гимназия "Райко Цончев" в града.

Изложението "Деца създават наука" има за цел да вдъхнови малките ученици и да покаже, че провеждането на научен експеримент може да бъде забавно, вълнуващо и различно. Инициативата е насочена към развиване на наблюдателност, на умения за експериментиране и за описание на получените резултати у подрастващите от най-ранна възраст. Провеждането на експеримент цели да отключи интереса на децата към научното изследване и да им помогне да развият новаторските си идеи. "Деца създават наука" има състезателен характер и е подходящ за деца в подготвителна група за училище и за ученици от I до IV клас (първа възрасто-

ва група) и за ученици от V до VII клас (втора възрастова група).

За участниците се организираха различни форми на предприемаческа дейност в сферата на изкуството, туризма, образованието и спорта - Ден на малкия изобретател (за първа възрастова група) и Ден на младия предприемач (за втора възрастова група).

Изследователските екипи демонстрираха и презентираха проведено изследване върху проблем в едно от следните направления: земя, въздух, вода, слънце и живот на планетата. Освен от Добрич в събитието участваха отбори от училища в цялата страна - Бургас, Варна, Хасково, Шумен, Търговище, Кюстендил, Пазарджик, Силистра, Сливен и др.

Първите 15 отличени научни описания (доклади) ще бъдат публикувани като детски научни статии в Първата детска научна енциклопедия "Земията, водата, въздухът и животът на нашата планета".

СОФИЯ

Млади музиканти огласиха „Врана“ с Брамс и Шостакович



Млади изпълнители от Националното музикално училище „Любомир Пипков“ огласиха алеите на парк „Врана“ с творби на Брамс и Шостакович. Клавирно трио - Мила Михова, Дебора Стефанова и

Момчил Пандев, както и техните съученици Богдана Бурин, Калина Минчева и Михаела Петрова изпълниха с музика пространството пред Двореца. С концерта завърши третият ден на детския пленер „Врана: Рисувай с при-

рода“. Той е част от проект, който се провежда с подкрепата на Столична община, Програма „Европа“ и Фонда за иновации в културата. В последния ден от пленера малчуганите от школата по рисуване към галерия „Европа“ си избраха Езерото с лилиите, алеята с чинарите и фонтана пред Двореца, за да изобразят красотата на парка в своите рисунки. Хлапета от различни възрасти, които учат изобразително изкуство в школата на художничката Елена Хаджистоянова, ще участват със своите картини от „Врана“ в изложбата, която предстои да се организира по проекта.

ВАРНА

Стартира „Младежка доброволческа служба“ 2015

Община Варна стартира кампания за набиране на младежи на възраст между 16 и 29 години за полагане на доброволчески труд в местни неправителствени организации и институции. Те ще могат да се включат в направленията екология, изкуство, култура, опазване на историческото наследство, спорт и туризъм, медийно обслужване и социални дейности. Регистрираните доброволци ще бъдат ангажирани за период от

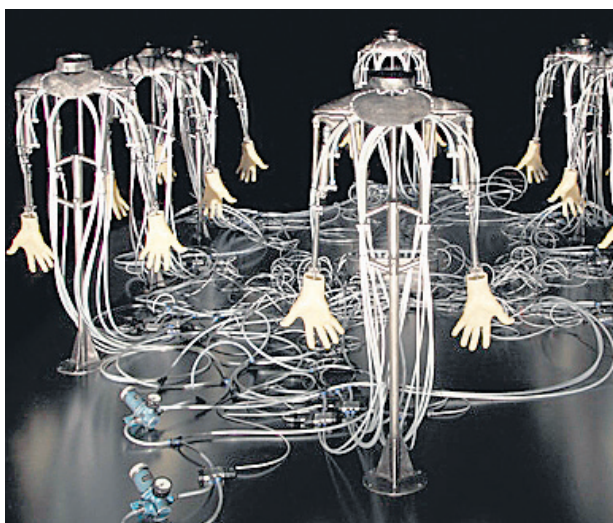
един до два месеца през лятото в неправителствена организация съобразно заявените предварително интереси (от 4 до 6 часа на ден, 5 дни седмично). Младежите ще получават средства за дневни разходи и удостоверение от организацията домакин за продължителността и естеството на доброволческия труд. Домакин може да бъде всяка организация, регистрирана по Закона за юридическите лица с нестопанска цел.

БУРГАС

Танцуващи роботи в четвъртото издание на „Включи града“

Танцуващи роботи, павилион на любовта и кинетичен куб - това са само част от арт инсталациите, които ще се представят в рамките на четвъртото издание на „Включи града“, съобщава сайтът на Община Бургас. На 13 и 14 юни за пореден път бургаската публика ще се докосне до един от най-впечатляващите и малко познати жанрове в изкуството. Културен център „Морското казино“ отново е запазено пространство за арт инсталации, които ще впечатлят със своите форми и хореографии малки и големи.

Една от най-впечатляващите атракции е иновативната компютризирана хореографска инсталация, представляваща няколко роботизирани човешки фигури, които танцуват с ръце на фона на завладяваща музика. Движението на машината по предварително зададената ѝ програма напомня за непрестанния прогрес и за едни от най-големите човешки страхове, свързани с технологиите. Друг акцент от тазгодишните инсталации ще бъде един необикновен павилион на любовта, който ще ни провокира да бъ-



дем по-добри, по-позитивни и да обичаме повече ближния и себе си. Тази цел се постига чрез конструкция във формата на куб с огледална повърхност, свързан с микрофон, тонколони и лаптоп. Влезният в куба трябва да каже „Обичам те!“. Гласът му се записва, след което последователно се разпространя-



На 1 юни - празника на детето, в Пловдив официално бе открит нов Център за настаняване от семеен тип. Сградата е общинска собственост, а в ремонта и оборудването на материалната база се включиха множество организации, фирми и частни лица с доброволен труд, дарение на материали и парични средства. Новата социална

ПЛОВДИВ

Нов дом за 14 деца без родители

услуга ще се финансира като делегирана държавна дейност и е предназначена за 14 деца на възраст 10-13 години, лишени от родителска грижа, от Дом „Олга Скобелева“, които нямат алтернатива за връщане в семейна среда и са вписани в Регистър по осиновяване. Към комплекса се предоставят и други услуги в общността за деца в риск като „Център за настаняване от семеен тип за деца с увреждания“, „Дневен център за деца с увреждания“, „Кризисен център“, „Център за социална рехабилитация и интеграция“ и „Преходно жилище“.

БЛАГОЕВГРАД

Над 400 ученици се включиха в конкурс по превенция на наркоманиите

Над 400 ученици от цялата страна участваха в конкурса на Общински съвет по наркотични вещества и Община Благоевград. Ученици от 1. до 4. клас разсъждаваха върху темата „Моят любим национален герой“, а по-големите - върху „Човекът - свободен и независим“. Наградени бяха участниците във всички групи на формите и жанровете - разказ, есе, стихотворение, рисунка, постер и мултимедийна презентация. На участниците



бе дадена пълна свобода в избора на форма и жанр, като важно условие бе да се поддържа тематика за независимия от наркотици човек, какво причинява

дрогата на личността или да представят творби за личности и събития, които спомагат за освобождението на Пиринския край и България.

СТАРА ЗАГОРА

Изложба на оригинални филмови плакати от миналия век

Уникална изложба, подредена във фоайето на Държавна опера Стара Загора, показва 20 оригинални филмови афиша от миналия век. Тя е част от съпътстващите прояви на Международния кинофестивал за ново европейско кино „Златната липа 2015“. Плакатите са от периода 30-те до 70-те години на миналия век и са създадени от едни от най-известните художници по онова време - Вера Лукова, Никола Мирчев, Преслав Кършовски и творилия у нас руснак Василий Ковалевский. Интересната експозиция представя афиши на български и съветски филми, както и на съветско-български продукции - „Героите на Шипка“, „Калин Орелът“, „Утро над родината“, „Една българка“ и др. Те носят в себе си основните характеристики, типични за създаването в онези години рекламни афиши - ярки цветове, отлично художествено оформление и разбираемост.

ЖИВОТ & ЗДРАВЕ

9 - 15 ЮНИ 2015

В сезона на сенната хрема

През последните години се наблюдава сериозно нарастване на алергичните заболявания, като най-висок е процентът на алергичния ринит (сенна хрема). А през пролетта той е във вихъра си. Как можем да укротим проявите му четете

на стр. 18

От какво се нуждаят жените

С годините и особено след менопаузата жените страдат от недостиг на естроген, което често провокира сърдечни заболявания. Според специалистите 5 вещества могат да бъдат добра профилактика и да намалят риска от остеопороза, диабет, високо кръвно налягане и рак на гърдата. Повече

на стр. 23

С растителна диета срещу гуабета

Над половината от възрастните хора с диабет тип 2 са застрашени от диабетна невропатия, която може да причини сериозни здравни проблеми на пациентите. Ново изследване обаче показва, че преминаването на растителна диета облекчава състоянието. Подробности

на стр. 24

Заплахата, наречена „тежки метали“

Тежките метали са едни от основните замърсители на околната среда, които по токсичност заемат второ място след пестицидите. Пораженията, които напасят на природата, се отразяват и върху хората. Какви са най-големите опасности ще научите

на стр. 26

ФОНДАЦИЯ МОСТ ХВЪРЛИ МОСТ МЕЖДУ МЕДИЦИНАТА И ИЗКУСТВОТО



Тазгодишният, вече 14-и форум на фондация МОСТ (Медицина, Общество, Традиции) потърси по един нестандартен начин връзката между медицината и изкуството, между грижата за телесното и духовното здраве - тема, пренебрегвана и потънала в другите ни уж големи делнични проблеми. Неуморимата Юлия Пискулийска успя за пореден път да сътвори делова, но и артистична атмосфера, в която медици, журналисти, творци, общественици разговаряха открито и ангажирано за някои от важните актуални аспекти на българския живот.

Насловът "Лега артис в условията на здравна реформа" обедини най-широк спектър презентации - от редките болести и генетичните изследвания до глобалните епидемии и новите онкотерапии, от здравното медиаторство до наосвета на биомагнетизма и топ тенденциите в областта на неврологията и психиатрията. Форумът в Албена завърши с необичайния и вдъхновен поглед на един анестезиолог - акад. Венко Александров, към ценността на всяка искрица живот. В една презентация, в която философията, музиката и поезията се свързват с медицината в "Борба за живот докрай".

Партньори и спонсори на форума са: Глаксо, Пфайзер, ТЕВА, Амджен, Байер, Мерк, Евофарма, Асарел Панагюрище - Здраве, Джензайм, Санофи, ЛКБ, Аквахим, Розаимпекс, AVON.

ФИРМИ СЕ ОБЕДИНЯВАТ В ПОЛЗА НА ЗДРАВЕТО

"Биологично активни компоненти" - така се нарича новосъздаденият клъстер, който обединява 11 производствени и научноизследователски организации от хранителната и козметичната промишленост с интереси в областта на биологично активните вещества. Със средства по европейски програми е оборудвана лаборатория с последно поколение аналитична апаратура. Тя развива

и използва съвременни информационни инструменти и методи за изследване на химичен и биохимичен състав на козметични продукти, физиологичната течности, храни. За в. "Животът днес" председателят на УС на клъстера инж. Иван Кондев поясни:

"Клъстерът създава предпоставки за конкурентни предимства на членуващите фирми чрез координация на дейностите, подкрепя

за създаването на иновативни продукти, информираност и доверие от страна на потребителите. Сnižаването на разходите ще доведе и до намаляване на себестойността на продуктите и услугите. Скъпата лаборатория е на фирмите от клъстера, което ще им позволи да оптимизират технологиите и състава на продуктите, като повишат значително добавената стойност". (ЖД)

МЕДИЦИНСКИ ЦЕНТЪР „МЛАДОСТ - МЕД - 1“ КАБИНЕТ „МЕЖДУНАРОДНА ОНКОЛОГИЧНА ДИАГНОСТИКА И ЛЕЧЕНИЕ“ - ВТОРО МНЕНИЕ

Проф. д-р Григор Велев
и доц. д-р Маргарита Каменова - **онкопатолози**
Проф. д-р Жан-Ив Дуяр, Франция,
и д-р Красимир Орешков - **химиотерапевти**
Проф. д-р Морк Андре Майе, Франция - **лъчетерапевт**

Всеки петък от 14:00 до 16:00 часа
София, ж.к. "Младост" 1, бл.54А, вх.2
За контакти: 02/976 09 00, 0888 966 924,
e-mail: mctmed1@abv.bg

Ефикасна грижа ЗА ПРОСТАТАТА!

- Облекчава симптомите при доброкачествена хиперплазия на простатната жлеза
- Намалява размера на простатата
- Предпазва от възпаления
- Поддържа нормалното функциониране на пикочния мехур и спомага за пълното му изпразване



ПРОСТКЕЪР

Съдържа само стандартизирани екстракти!
Гаранция за високо съдържание на активни вещества Сао Палмето и Пигеум (африканска слива)!

Канадски продукт с гарантиран произход.



Повече информация можете да получите на тел: 02/9530583 и на www.revita.bg

ТЪРСЕТЕ В АПТЕКИТЕ!



Д-р Росица БАКАЛОВА, алерголог, Пловдив

През последните години се наблюдава сериозно нарастване на алергичните заболявания, а сред тях най-висок е процентът на алергичния ринит (сенна хрема). В Европа от него страдат почти 30% от хората, за градското население у нас данните сочат 25%.

Секрети от носа, запушване, сърбеж, кихане - това е наборът от симптоми на алергичния ринит, резултат от излагането на носната лигавица на алергени. Много често има и зачервяване на очите и тогава говорим за алергичен риноконюнктивит. Срещаме се и с придружаващи симптоми - умора, раздразнителност, нарушения в съня, затруднения в работата или в училище. С една дума, влиянието върху качеството на живот е забележимо - сравнено е със състоянието при среднотечка астма - и затова сенната хрема не бива да бъде подценявана, а лекарска помощ да бъде търсена своевременно. Сега моментът е много

важен за алергичния ринит, причинен от полени. Тук трябва да се отбележи, че влажното време е благоприятно за страдащите от алергия към дървесни полени - те са силно хигроскопични, поглъщат влагата, натежават и се утаяват. Така престават да бъдат алергени. През април приключи цъфтежът при брезови и габърите, така че този най-силен дървесен алерген вече няма да дразни пациентите. През втората половина на май и първата половина на юни обаче започва цъфтежът на друг вид алергени. Обикновено май е най-тежкият период за хората с полиноза, причината е в интензивния цъфтеж на житните треви, чийто pollen е силно алергизи-

СИМПТОМИТЕ НА СЕННАТА ХРЕМА МОГАТ ДА СЕ ОБЛЕКЧАТ

раш. Той образува плътен въздушен фон, защото в нашата страна се срещат стотици видове, те са повсеместно разпространени и по-голямата част от тях цъфтят през май.

Много често хората обвиняват за своите алергични оплаквания носещите се във въздуха пухчета от тополите, но това са семената на тополите и те дразнят чисто механично почти всички хора, но не предизвикват алергия. Едновременно през втората половина на май и юни има разпространение на дървесни полени от дъб, конски кестен, смърч, започва цъфтежът и на иглолистните и някои други видове тревисти видове като живовляк, киселец, лапад или козя брада.

Препоръката ми към страдащите от сезонни оплаквания е да потърсят алерголог, да изберат специалист,

на когото имат доверие, за да бъдат информирани кой алерген е най-притеснителен за тях. Това е важно, за да могат да планират периодите на активност в своята професия, както и периодите за почивка. При възможност в поленовия сезон е добре да се избягват и хирургични интервенции - има данни, че деца, чиито сливици са премахнати в поленовия сезон, често развиват астма.

Човек трябва да знае към какво точно е алергичен. Във всеки алергологичен кабинет може да бъде дадена такава консултация. Целта е да се осигури по-добро качество на живот, да сенамалат отсъствията от работа и от училище, хоспитализациите и така като цяло да се оптимизират финансовите ресурси. Като алерголог работим в няколко направления. Ако е

възможно, да бъде ограничен контактът с актуалния за дадения човек алерген. Второ, да се избира най-подходящото медикаментозно лечение и трето, по възможност да бъде направена специфична имунотерапия, която единствена може да реши проблема кардинално. Но това невинаги е възможно.

Мерките да се ограничат контактът с алергена са познати - да се затварят прозорците, да се проветрява след дъжд, а ако няма валежи, проветряването да е до 12 часа през нощта. Обикновено след полунощ става разпращането на най-големия поток от полени. Въздръжане от излети сред природата, когато има сериозен цъфтеж, да се избягва продължителен престой навън в топли и сухи дни. След прибиране у дома да се изплакват очите, да се изтрива косата с

влажна кърпа, ако не е възможно да се вземе душ. Ако семейството има куче, след разходка трябва козината да се изчетка и изтрие с влажна кърпа. Важен е изборът на медикаментозно лечение, като се преценяват следните показатели - да е ефективно, безопасно, да е удобно за прием и на достъпна цена. Понякога основният медиатор, който дразни и предизвиква симптоми при алергичния ринит, е хистаминът, най-голямата група лекарства, които бихме могли да използваме, са антихистамините. Мога да препоръчам такъв препарат от втора генерация - "Ролетра". Той е доказано ефективен и безопасен, удобен за употреба (една таблетка на 24 часа), не зависи от приема на храна и е по-добър за всеки пациент. Защото понякога лечението е продължително.

Вижте повече на www.credoweb.bg/roletra



ROLETRA
Loratadine tabl. 10 mg x 10

СЕННА ХРЕМА?

Без рецепта!

При алергии и сенна хрема

Облекчава:

- ✗ Течащ нос
- ✗ Сърбеж и кихане
- ✗ Парене в очите

Антиалергичен лекарствен продукт без лекарско предписание за възрастни и деца над 2 години и с тегло > 30 kg. Преди употреба прочетете листовката!

ECOPHARM
Allergology

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

МАГНЕЗИЯТ - ИЗКЛЮЧИТЕЛНО ПОЛЕЗЕН МИНЕРАЛ!



Д-р Маргарита Кръстева -
семеен лекар,
гр. Стара Загора

"Магnezий + витамин В комплекс е продукт на ABO Pharma, с който много често работя и е с много добро повлияване, бих казала на 90% при всички случаи, когато съм го изписвала.

Прилага се при радикулити; като придружаваща терапия при дискови хернии; при крампи; на пациенти с разширени вени или при диабетици с диабетна полиневропатия, където крампите също имат нужда от допълнителна терапия. Продуктът е много добър, а резултатите от приложението му



върху пациентите са чудесни!"

Магnezият е изключително нужен за човека минерал, защото участва в около 300 биохимични реакции в телата ни.

Спомага за:

- поддържане в нормално състояние функцията на мускулите и нервните;
- поддържане на имунната система и костите;

○ регулиране нивото на кръвната захар.

Витамин В комплекс има важна роля в процеса на синтеза на белтъците, в метаболизма на въглехидратите и мастните киселини, както и при изграждането на еритроцитите.

ЗДРАВЕТО Е ПЕРСОНАЛНА ОТГОВОРНОСТ НА ВСЕКИ ЧОВЕК

Проф. Димитрова, накъде бяха насочени най-ранните Ви научни интереси в хирургията?

- Първата тема, която защитих, беше свързана с рефлуксите и с първичните злокачествени заболявания на стомашния остатък след резекция. По това време често пациентите с язвена болест стигаха до операция за отстраняване на част от стомаха, а понякога в останалата част се развива рак. Аз изследвах този процес, за да установя кой от двата типа операции, които се правеха - така наречените "Билрот-1" и "Билрот-2", е по-рисков за развитието на рак. Беше нещо ново и важно към онзи момент. Но с днешна дата много рядко язвите се оперират, защото разполагаме с достатъчно ефективни лекарства. Другата ми дисертация е за патологията на жлъчните пътища.

- С какво се промени работата Ви днес в сравнение с периода, когато започвахте?

- В началото на хирургическата ми работа не се срещаме толкова често с рака. Видинската хирургия беше на много високо ниво, имаше от кого да се учиш. Оперирахме основно доброкачествени болести и дори дълго време не можех да видя как изглежда един злокачествен процес... А сега все се моля поредният пациент да не се окаже с рак или поне да го хванем в самото начало. Смятам, че след Чернобил и след бомбардировките в съседна Югославия за съжаление рактъ станал много често явление, особено в Северозападна България.

- А какво се промени по отношение на хирургичната техника, възможностите да оперирате по-успешно?

- Всичко се промени и продължава да се променя! Спомням си, когато проф. Гайдарски напусна клиниката през 2003 г., аз мислех, че сме стигнали върха и едва ли нещо съществено ще се развива. Но се оказа, че съм била далече от истината. Всеки ден си давам сметка, че

● **С проф. Виолета Димитрова разговаря Петър Галев**

Проф. Виолета Димитрова е учила в 35-а гимназия в София с преподаване на руски език, след което завършва медицина в столицата. Над шест години след това е ординатор в хирургичното отделение на болницата във Видин. Чрез конкурс постъпва в Медицинската академия в София, където преминава през цялата професионална стълбица в хирургията, за да стигне до професор по хирургия, ръководител на катедрата в Медицинския университет и на водеща хирургична клиника.



можеш да правиш нещата още по-добре, излизат нови технологии, апаратура. А особено след бурното развитие на лапароскопската хирургия нещата са съвсем различни. Почти всички доброкачествени хирургически заболявания, а и някои злокачествени могат да се оперират с лапароскопските методи. Виждале, че вече и роботите се утвърждават... Но все пак трябва да кажа, че конвенционалната хирургия не е загубила значението си.

- Новата техника може ли да компенсира някакъв недостиг в уменията на хирурга?

- Не мисля. Вярно е, че на Запад вече толкова тясно специализират, че даден колега прави само и единствено еднократно си операция чрез новите методи. Дори не ги интересува как това се прави конвенционално. Но според мен това не е редно. Аз предпочитам всичко да ми е ясно. Представете си, че една операция започне лапароскопски, но по някаква причина трябва да продължи класически, какво правим, ако операторът не владее това? Ще вика друг да му довършва работата ли? В крайна сметка ние трябва да излекуваме пациента по най-добрия, съобразен с конкретния организъм, начин. Харесвам лапароскопската хирургия, но не смятам, че нещата трябва да се абсолютизират. Например при злокачествени заболявания трябва малко по-различно да се подходи. При рак вече не става въпрос са-

мо да махнеш тумора или органа. В много случаи решаващо е установяването и изчистването на лимфните разсейки, иначе не си помогнал качествено. А нали целта е да дадеш дългосрочен шанс за живот.

- Защо толкова много хора идват при вас в отчайващите последни стадии на заболяванията, къде се къса нишката?

- Имам си теория за това. Не се занимавам с политика, но по времето на соца хората бяха научени, че някой трябва да се грижи за тях във всяка житейска сфера, включително за здравето им. А истината е, че това е невъзможно. Никой не е длъжен да се грижи за здравето ти повече от теб самия. Вече информацията е широко достъпна и разбираемо поднесена. Както всяка година не пропускаме всякакви грижи, прегледи и застраховки за колата и имотите, така трябва всеки да разбере, че най-важният му капитал е собственото му здраве. Дори да няма скринингови програми, навсякъде можеш да прочетеш какво е важно да провериш, ако си мъж или жена на съответна възраст. Не е вярно, че това е финансово непоносимо. А и не вярвам някой колега, поне в нашите клиники, да върне пациент, който няма възможност да плати. Въпросът не е в парите, а в менталитета, в липсата на нагласа да се погрижиш за здравето си, преди да си го загубил. В България не само че това не

се прави, но и при изяви оплаквания често се чака нещата да станат нетърпими. Вече станахме банални да повтаряме по всички възможни начини за значението на профилактичните цитонамазки, маммографии, колоноскопии, прегледи на простатата, проверка на хемоглобина, кръвната захар, холестерола, урината, креатинина...

- В момента здравната ни система е подложена на всякакви критики, това явно стресира хората, мнозина наистина предпочитат да отидат на лекар в краен случай.

- Ами така само вредят на себе си и на системата. Но аз не съм привърженик на тезата, че здравеопазването ни е на ниско ниво, напротив! У нас достъпът до специалисти, включително с най-висока квалификация, е напълно улеснен. Разполагаме с апаратура и технологии на европейско равнище. Но хората смятат, че всичко трябва да им е безплатно. Или че минималната месечна вноска за здраве покрива всичко. Не е така и няма безплатен обяд! Трябва да разберем, че здравето и здравеопазването струват скъпо и така е по целия свят. А и съм забелязала, че когато прегледаш някого без пари, той почва да мисли, че не е било качествено. Затова по-добре да си плати някаква сума, за да цени това, което получава. Ние сме склонни да купим на децата кола и апартамент, да ги обличаме в

Университетските болници не трябваше да стават търговски дружества!

прескъпи дрехи, но когато опре до здравето, ако може нищо да не дадем, а да ни изследват и лекуват от А до Я. Това сигурно някой ден ще стане, но когато касата и здравните фондове набират и разпределят реално необходимите средства.

- Ако все пак трябва да изведете един проблем на здравната система, какво ще посочите?

- Университетските болници не трябваше да стават търговски дружества! Това тръгна по времето на царя и се нароиха над 22 университетски болници. Кое и е университетското на една болница, в която не влиза студент, не влиза специалист, няма практикуващи млади лекари? Само дето има буквата "У" отпред. В София университетските болници са две - "Александровска" и ИСУЛ. Но ме боли, защото сега например колегите от "Св. Иван Рилски" ни казват, че не сме печеливши. Ами няма начин да сме печеливши. Нали болницата поддържа скъпи звена, които не носят лев, но в тях се обучават студентите? Затова болниците, които реално обучават студентите и специализантите, трябваше да са с друг статут. Университетски препода-

вател не се става за ден и два. Нужна е приемственост и всекидневна подготовка. Младите студенти са много интелигентни и умни, не можеш да застанеш пред тях и да говориш общи приказки, ами те понякога знаят повече от теб.

- Т.е. Вие не споделяте черногледството спрямо новите поколения...

- Напротив, има страшно мотивирани и подготвени младежи. Това винаги ме задължава дори след толкова години като хирург и преподавател преди лекция да видя дали няма нещо ново, дали не изпускам нещо, което е излязло наскоро, за да не стана за смях пред студентите.

- Ще останем ли без лекари, както се страхуваме напоследък?

- Винаги ще има колеги, които отиват на работа в чужбина. Но аз например не мога да живея на чуждо място. Получаваха съм много и примамливи покани, но когато съм извън страната, времето ми минава на телефона, за да знам какво става тук с близките ми и приятелите. А и не смятам, че масово нашите млади лекари могат да постигнат онова в професията, което желаят, когато отидат в западните клиники. Там си има една доста стройна система, създадена от десетилетия, в която трудно допускат чужденци. Да, има изключения, но това не е правилото. Така че всичко ще си дойде на мястото. Сигурна съм, че лекарският труд в крайна сметка ще бъде оценен достатъчно добре и тук. Тогава няма да го има този стремеж навън.

- Това, че сте дама, означавало ли е през годините по-труден път нагоре в професията?

- За да оцелее една жена в хирургична специалност, трябва да е три пъти по-кадрна и десет пъти по-работлива от мъжете. Аз съм чиракувала на всички водещи лекари в клиниката и не съм си позволила да откажа професионална задача. Става въпрос наистина за дееноносен труд. Но не съжалявам за нищо!

Има ли полза от ваксините? Трябва ли да отпадне задължителният характер на имунизационния календар и да бъде заменен с информиран избор? Крийт ли се данните за увредени от ваксини? Има ли смисъл да се пазим от болести, които не сме срещали в нашия живот? Отговорите на тези и много други въпроси търси дискусията на тема "Има ли полза от ваксините?" в CredoWeb.

Темата непрекъснато се дискутира в интернет, но напоследък стана особено популярна заради предложението на "Атака" да отпадне задължителният характер на имунизационния календар у нас. Експертите на здравната комисия го отхвърлиха, но поредният обществен дебат по темата отново разпали спорове в социалните мрежи. Отново заваляха разкази за "увредени" от ваксини, чиито случаи се укривали. Вярно е, че системата за оповестяване и проверка на нежеланите странични ефекти у нас не работи както трябва. Също така е вярно, че доверието към лекарите е стигнало критична точка. Липсва истински диалог, а много чес-

то родителите просто не разбират сложния медицински език. Трябва да се признае, че има и лекари, които подхранват страховете на майките, като внушават, че рискът от увреждане не е малък. Това разколебава някои родители за смисъла от имунизациите и води до спад в обхвата на колективния имунитет, смятат лекари. Достатъчно е да си спомним епидемията от морбили в България, до която се стигна заради големи групи неваксинирани главно в ромските квартали.

Натрупването на тези въпроси провокира екипа на CredoWeb да отвори дискусия на тема "Има ли полза от ваксините?". В нея родители и всички заинтересовани граждани могат да поставят въ-

ВКЛЮЧЕТЕ СЕ В ДИСКУСИЯТА НА CREDOWEB

ЗА ПОЛЗАТА ОТ ВАКСИНИТЕ

росите си, които ще бъдат коментирани от медицински специалисти. Целта е да се постигне диалогът, който липсва на много хора в прекия

контакт с джипито или педиатъра.

Ако сте родител и имате конкретни въпроси, опасения, тук е мястото да ги споделите и

да получите компетентен коментар! Ако сте лекар, можете да отговорите и коментирате мненията на участниците в дискусия!

Дискусията е отворена група, подобна на тези във фейсбук. Можете да я намерите в credoweb.bg, в хоризонталното меню на страницата.



ВЕЧЕ ОТРЕЧЕНИ МЕТОДИ ДОВЕЛИ ДО СМЪРТТА НА БЕБЕТО В ТЕТЕВЕН

Използването на отречени от съвременната медицина методи е довело до смъртта на бебето в тетевенската болница. Това показва докладът от проверката на Изпълнителна агенция "Медицински одит" (ИАМО), който излезе на 2 юни и е публикуван в профила на ИАМО в CredoWeb. Според експертите до фаталния край се е стигнало, тъй като медицинският екип е negliжил състоянието на новороденото и е допуснал съществени пропуски при воденето на раждането.

Заключението на външния АГ консултант сочи, че поведението на водещата раждането лекарка е било неправилно още от самото постъпване на родилката, а наблюдението в хода на раждането - непълно и формално. Нещо повече, лекарката използвала остарели методи, които имат висока травматична стойност както за плода, така и за майката. По думите на експерта приложените по време на раждането "висок форцепс" и Кристелер имат "историческо значение" и са отдавна отречени от съвременната медицина.

Дори вторият метод, при който се натиска коремът на родилката, за да се подпомогне излизането на бебето,



от десетилетия не присъствал в нито едно ръководство по акушерство.

Докладът изтъква още, че лекарката е пропуснала възможността да извърши навременно Цезаровото сечение, с което да увеличи шансовете за живот на новороденото. Вместо

това тя приложила неуспешен форцепс, който причинил на плода тежко депресивно състояние с механични, тъканни, съдови и вътремозъчни увреждания. Според заключението на ИАМО бебето е починало вследствие на "полиорганна недостатъчност в

результат от развил се ДИК синдром, проявен морфологично с масивни паренхимни кръвоизливи и огнищни некрози във вътрешните органи, както и кръвоизлив в храносмилателната система".

За констатираните нарушения ще бъде образувано административно-наказателно производство. Случаят е предаден на прокуратурата. Родилката Наташа Габровска разказа пред "Господари на ефира", че е жертва на ужасяващо отношение и некомпетентност от страна на водещия акушер-гинеколог в тетевенската болница д-р Нина Байчева. Младата жена сподели, че лекарката ѝ крещяла през цялото време на раждането, обиждала я и накарала две от сестрите да седнат върху корема ѝ, за да подпомогнат раждането. Сърдечният тон на бебето изчезнал, преди то да бъде изродено, а д-р Байчева обвинила родилката, че е виновна за смъртта му. Според шокираното семейство екипът на тетевенската болница не е взел навремени и адекватни мерки, за да спаси живота на бебето му.

С целия доклад на Изпълнителната агенция за медицински одит можете да се запознаете в профила на ИАМО в credoweb.bg.

Атеросклерозата води до най-тежкото увреждане на артериалната система - стесняване или запушване на съдовете. Инфарктът, инсултът или периферното запушване са крайната проява на болестта, която протича безсимптомно в 80% от случаите в продължение на много години. Това разказва проф. Лъчезар Гроздински, началник на отделението по ангиология на Сити Клиник - София, в профила си в CredoWeb.

Лечението в късната клинична фаза е скъпо, тежко и понякога недостатъчно ефективно. Именно затова е много важно атеросклерозата да се диагностицира и лекува в ранната фаза, което означава да се ходи на профилактични прегледи дори без да има някакви оплаквания. Артерията може да се стеснява до 70-80%, без да усетим почти нищо.

За ранно откриване на болестта в Сити Клиник се предлага скринингово ехографско изследване. То се препоръчва на хора с рискови фактори като хипертония, диабет, повишен холестерол, тютюнопушене, фамилна анамнеза за тежки атеросклеротични заболявания, но също и на всяка жена след 55 г. и на всеки мъж след 50 г.

Съвременната апаратура позволява да се изследва съдовата стена на мозъчни периферни и коремни артерии с точност до една десета от милиметър. За съжаление при сърдечните артерии се налага по-сложно изследване. За 10-15 минути с ехограф може да се изследва цялата артериална система, да се отхвърли или потвърди диагнозата атеросклероза.

За пациентите с установени промени, които не са критични, скринингът се препоръчва на три месеца. При 60% стеноза, която е на границата на показанията за ендоваскуларна терапия, следва нов преглед след един месец. Ако е с профиллактивна цел, се препоръчва веднъж годишно след 50-55-годишна възраст.

АТЕРОСКЛЕРОЗАТА ПРОТИЧА БЕЗ СИМПТОМИ В 80% ОТ СЛУЧАИТЕ



Как се избира подходящо лечение

При стеснение над 70% се прави ендоваскуларна терапия - поставя се стент, който пречи на евентуално ново стесняване. Съвременното лечение се прилага в Сити Клиник при над 5000 па-

циенти годишно.

При напреднало и усложнено заболяване, когато не е възможно ендоваскуларно лечение, се прибегва до хирургическа операция - байпас (заобикаляне на запушения съд със синтетичен или биологичен материал).

Ако атеросклерозата

не е толкова напреднала, се прилага медикаментозна терапия. Често се предписват статини, но те коригират само един рисков фактор - холестерола. Ако понижите нивата му, но пушите, живеете под голям стрес и качвате кръвно налягане, рискът да развие атеросклероза в нейни-

те тежки форми никак не е малък. Целта на медикаментозно лечение е да се коригират рисковите фактори като хипертония, кръвна захар и холестерол.

Симптоми на атеросклерозата

Стягане в гърдите при физическо усилие, а при напреднала фаза и в покой - това се наблюдава при атеросклероза на сърдечните артерии. Болката в подбедрицата при физическо натоварване е признак на недобро кръвоснабдяване на мускулите, обикновено заради запушен периферен съд. Засегнато ли е мозъчното кръвообращение, оплакванията са периодичен дискомфорт, временно затруднение в зрението или временна загуба на функцията на ляв или десен крайник.

Потърсете проф. Гроздински, за да се свържете с него, на credoweb.bg



Съвсем невинна рана - афта, бяло или червено петно могат да се окажат рак на устната кухина. Много често заболяването се диагностицира късно, което е основна причина за висока смъртност сред пациентите. За това предупреди в доклад доц. Павел Станимиров и проф. Р. Угринов, специалисти по лицево-челюстна хирургия от столичната университетска болница "Св. Анна", по време на традиционната среща на Фон-

дация МОСТ, която се проведе от 29 до 31 май т. г. в Албена.

Статистиката сочи, че карциномът на устната кухина е най-честото злокачествено заболяване на главата и шията. Всяка година в света се диагностицират около 300 хил. нови случая. Обикновено пикът на болестта е между 51- и 60-годишна възраст, но тенденциите сочат, че все по-често засегнати са и млади хора - около 6% от случаите. В България честотата на заболяването не е

НЕОЗДРАВЯВАЩА РАНА, ЧЕРВЕНО ИЛИ БЯЛО ПЕТНО В УСТАТА МОГАТ ДА СЕ ОКАЖАТ РАК

ясна напълно.

Комбинацията от цигари и алкохол е основният рисков фактор за развитието на заболяването, показват различни проучвания. Генетични мутации са най-честата причина за заболяването при младите пациенти.

Големият проблем е късното поставяне на диагнозата, като това често се дължи на самите пациенти, които negliжират оплакванията в устната кухина. Много често те negliжирали проблема и прибегвали до

самолечение, включително и с някои доста нетрадиционни методи - зехтин и чесън, керосин. "Всяка афта, петно или рана на лигавицата, които не преминават за 2 седмици, трябва да бъдат консултирани със специалист и евентуално да се направи биопсия", съветва доц. Станимиров. По думите му повечето лични лекари също имат затруднения с поставяне на ранна диагноза, защото ракът на езика и лигавицата на устата има многообразна клинична изява, което

затруднява общопрактикуващите медици и зъболекари. Също така препоръча да не се провежда лечение от лекар без диагноза, както и да не се правят опити за лечение с лазер или други модерни методи на раните в устната кухина, а да се обърнат към специалист.

Независимо от напредъка на медицината през последните 40 години прогнозата остава лоша. Според статистиката карциномът на устната кухина се нарежда на шесто място по смъртност от

ракови заболявания. Той се развива бързо в рамките само на 3-4 месеца, като единственото спасение е да бъде открит в първи стадий, когато туморът е с големина до 2 сантиметра. "Независимо колко модерно лечение ще бъде приложено, в по-напредналите фази на болестта вече е късно", обясни специалистът. Голям проблем се оказват вторият и третият пореден тумор - не са малко случаите, в които пациентите веднъж са преборили заболяването, но след това умират от развитие на друг тумор или рецидив. "Ако веднъж се допусне увреда на лигавицата, тя е обречена", завърши доц. Станимиров.

Потърсете доц. Павел Станимиров в credoweb.bg

ПРИ ШУМ В УШИТЕ БЪРЗО СЕ КОНСУЛТИРАЙТЕ С ЛЕКАР



Д-р Младенка КРУМОВА, УНГ специалист,
УМБАЛ "Царица Йоанна - ИСУЛ"

Шумът в ушите, известен в медицината като тинитус, е много често срещано състояние, което обикновено е симптом на друго заболяване. Много рядко се среща напълно самостоятелно. Когато дойде пациент с такова оплакване, трябва да се извършат преглед и някои изследвания, за да се установи причината и да се определи лечението.

На първо място разграничаваме дали шумът е субективен или обективен. Субективни са онези шумове, които не могат да бъдат установени и измерени от лекаря, докато обективните шумове подлежат на измерване. Обективните шумове се срещат най-често при различни увреждания на кръвоносните съдове в шията и главата - атеросклероза, аневризми, артериовенозни малформации, някои видове тумори. В повечето от тези случаи слухът не е засегнат. През последните години прилагаме доплерова сонография и ядрено-магнитен резонанс, за да се локализира точно видът на увреждането.

Този тип шумове се преодоляват след лечение на първопричината от невролози, съдови и неврохирурзи. При успешно оперативно лечение прогнозата по отношение на самия шум също е добра.

Субективните шумове са най-често свързани със заболявания на средното ухо, на вътрешното ухо, на слуховите пътища и на централната нервна система. Всички заболявания на средното ухо могат да предизвикат шум - баротравма, остър катарален, гноен или серозен отит, дисфункция на евстасиевата тръба, отосклероза, тимпаносклероза. Заболяванията на вътрешното ухо, при които често се явява шум в ушите, са остра слухова загуба след звукова травма, лабиринтити, Мениерова болест. Често пациентите съобщават, че работят в шумни производства. А при останалите хора се среща увреждане след рок концерти, дискотеки, присъствие на мотоциклетни състезания. Роля имат и така наречените ототоксични медикаменти - стрептомицин, гентамицин, хинин и др. Уврежданията на слуховите пътища и на централната нервна система, даващи шум в ушите, са някои тумори, менингити, енцефалити. Но те имат и редица други проявления.

Сред по-глобалните причини бих посочила уврежданията в шийните прешлени, хипертонията, диабета, атеросклерозата. В крайна сметка те водят до нарушения в кръвоснабдяването - фините структури на вътрешното ухо и на мозъка не се снабдяват с достатъчно кислород и една от последиците на тази хипоксия може да е шумът в ушите.

Много е важно още при установяването на шум в ушите пациентът да се обърне към лекар, за да се постави навременна и правилна диагноза и да се започне лечение. Не трябва да се разчита, че шумът ще изчезне от само себе си, въпреки че в някои случаи това е възможно. Защото, ако оплакването персистира, късното начало на лечението намалява шансовете за преодоляване на оплакването. Някои пациенти свикват с шума в ушите, но други не могат да се справят, стига се до депресии, до тежко влошаване на качеството на живота и дори до мисли за самоубийство. Това е причината да смятаме проблема за социалнозначим.

Когато се установи причина, която може да се преодолее оперативно, извършването на интервенцията в голям процент решава и проблема с шума в ушите. В останалите случаи предписваме консервативно лечение. На първо място са вазоактивните медикаменти, витамини, кортикостероиди. Лично аз имам добър опит с препаратите "Гинкофол", който се приема сутрин и вечер по една таблетка в продължение на най-малко три месеца, като лечебният курс може да се повтаря след известна пауза. Това е медикамент на билкова основа, съдържащ екстракт от хилядолетното растение гинко билоба. Чрез него се постига подобряване на кръвоснабдяването на кортиевия орган и на слуховия нерв.

Много е важно още при установяването на шум в ушите пациентът да се обърне към лекар, за да се постави навременна и правилна диагноза и да се започне лечение. Не трябва да се разчита, че шумът ще изчезне от само себе си, въпреки че в някои случаи това е възможно. Защото, ако оплакването персистира, късното начало на лечението намалява шансовете за преодоляване на оплакването. Някои пациенти свикват с шума в ушите, но други не могат да се справят, стига се до депресии, до тежко влошаване на качеството на живота и дори до мисли за самоубийство. Това е причината да смятаме проблема за социалнозначим.



Хранителна добавка

Ginkofol

Ginkgo Biloba 60 mg



С контролирано съдържание на
токсичната гинколова киселина - пог 1 ppm

За добра памет, концентрация и кръвооросяване

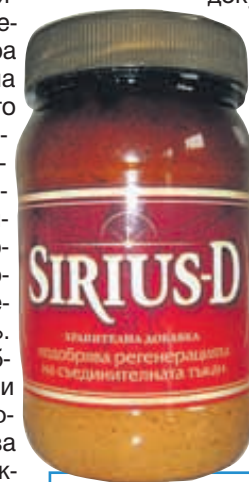
ЕКОФАРМ

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

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

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

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



Подпомага лечението на:

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

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

5 ХРАНИТЕЛНИ ВЕЩЕСТВА, ОТ КОИТО СЕ НУЖДАЯТ ЖЕНИТЕ

Със застаряването и особено след менопаузата се увеличава рискът от инфаркт и инсулт. В този период жените страдат от недостиг на естроген, което провокира сърдечни заболявания.

Според специалистите 5 вещества могат да бъдат добра профилактика и да намалят риска от хронични заболявания като остеопороза, диабет, високо кръвно налягане и рак на гърдата.

Витамин D

Недостигът на витамин D при жените може да доведе до фрактури на костите и остеопороза. Изследванията показват, че ежедневното приемане на по-високи дози от този витамин - 800 единици, намалява с 30% риска от фрактура на тазобедрената става при по-възрастните жени.

Витамин D може да се приема по 3 начина: чрез кожата, диетата и хранителни добавки.

С остаряването кожата намалява способността си да произвежда витамин D чрез слънцето. Специалистите препоръчват на по-възрастните жени да изпиват всеки ден по 3 чаши обезмаслено мляко. В ежедневната диета трябва да бъдат включени кисело мляко, извара, бяло сирене, портокалов сок с витамин D, зеленчуци.

Витамин D помага на организма да абсорбира калция, който е полезен за застаряващите кости.

Калций

Калцийт помага за обновяване на клетките на костите. С наближаването на менопаузата тази способност на организма намалява. Според учените в този случай наличието на млечни продукти в менюто не решава проблема и по-възрастните жени трябва да приемат по 600 милиграма калций два пъти на ден.

Двете най-разпространени калциеви добавки са калциев карбонат и калциев цитрат. Калциевият карбонат е евтин, но се абсорбира най-добре, когато се приема с храна, а калциевият цитрат се абсорбира и когато се приема на гладно.

Освен в млечните продукти калцийт се съдържа и в зърнените храни, рибата, зелето и броколието.

Омега-3 мастни киселини

Доказано е, че приемът на повече риба и омега-3 мастни киселини е свързан с намаляването на риска от сърдечни заболявания при жените. Омега-3 мастните киселини са вид

полиненаситени мазнини. Тези здравословни мазнини намаляват натрупването на плаки в артериите и понижават кръвното налягане, посочват учените. Изследванията показват, че омега-3 мастните киселини повишават стойностите на добрия холестерол и намаляват лошия.

Установено е, че добавките от рибено масло - около 1 до 4 грама дневно - намаляват триглицеридите с 20 до 50%.

Специалистите препоръчват да се яде риба поне 2 пъти седмично, особено сьомга, тилапия и треска.

Зехтинът, който съдържа мононенаситени мастни киселини, също е полезен за сърдечносъдовата система.

Витамин B₁₂

Според последните изследвания липсата на някои хранителни вещества в диетата на жените след менопаузата ги застрашава от анемия. Такива са витамин B₁₂, витамин B₉, желязо, витамин C и протеини.

С напредването на възрастта стойностите на витамин B₁₂ намаляват. Неговият недостиг води до умора, загуба на тегло, нарушена памет, деменция и депресия.

Препоръчителната дневна доза B₁₂ за възрастни е 2,4 микрограма, а витаминът се съдържа в храни като рибата, месото, яйцата, млякото и зърнените закуски.

Добавките от витамин B₁₂ са задължителни за жените вегетарианки и вегани. Лекарите препоръчват инжекции с B₁₂ като най-добър начин за абсорбирането на витамина от организма.

Фолиева киселина (Витамин B₉)

Известно е, че приемането на фолиева киселина е задължително за бременните, но тя също е важна и за здравето на възрастните жени, защото пази сърцето и обновява клетките.

Фолиевата киселина е витамин, от който организмът се нуждае за образуването на червени кръвни телца.

Признаци за недостиг от фолиева киселина са анемия, загуба на тегло, слабост, главоболие и високо ниво на хомоцистеин в кръвта - рисков фактор за сърдечно заболяване. Установено е, че жените, които приемат повече фолиева киселина, са с по-малък риск от развитие на хипертония. Специалистите препоръчват ежедневен прием на 400 микрограма фолиева киселина. Тя се съдържа в листните зеленчуци, цитрусовите и горските плодове, тиквата, ядките и зехтина. (ЖД)

БЕЗПЛАТНИ ЛЕКАРСКИ СЪВЕТИ!

ЗА БЛЕСТЯЩИ КОСА, КОЖА И НОКТИ – РЕШЕНИЕТО Е „КАЛМАТРИКС“



ЗА ЗДРАВИ КОСТИ ЗА ЗДРАВИ ЗЪБИ



„На моите пациенти задължително препоръчвам допълнителен прием на калций, магнезий, цинк и витамини с превантивен характер. „Калматрикс“ предпазва от развитие на остеопороза и намалява риска

от счупвания особено в напреднала възраст. Предписвам го и на пациенти с установени дегенеративни и възпалителни ставни заболявания.“

д-р Борил Юруков, специалист ортопедия и травматология, Завеждащ отделение, ВМА Плевен

„Тайната на здравите и силни кости се нарича „Калматрикс“! Има няколко процеса в нашия организъм, от които зависи нашия живот и правилната работа на тези процеси зависи от наличието на калций в организма. Калцийт влияе дори на съсирваемостта на кръвта!“

професор Мермерски

„Цял живот страдам от проблеми с косата и кожата. Често се налага да приемам допълнително калций, за да заздравя косата и да увелича еластичността на кожата си. От както пия „Калматрикс“ проблемите престанаха!“

Нели Христова, 45г, София

ХИЛЯДИ ВЕЧЕ ИЗБРАХА „МАГНЕМАТРИКС“ ПРИ НЕРВНО НАПРЕЖЕНИЕ, УМОРА И МУСКУЛНИ СХВАЩАНИЯ!



ЗА НЕРВНАТА СИСТЕМА

Магнезият, в съчетание с витамин B₆, спомага за оптималното функциониране на нервната система.

ПРИ ЛИПСА НА ЕНЕРГИЯ И ЧЕСТИ СХВАЩАНИЯ

Магнезият е минерал, без който е невъзможно производството на енергия от клетките. Предпазва от болезнени схващания в мускулите.



„Често хората пренебрегват магнезиевия дефицит и страдат от последствията. Около 60% от хората имат нужда от допълнителен прием на магнезий. Уверено препоръчвам, на своите пациенти, новата формула „Магнематрикс“.

д-р Марияна Бързинска, специалист по нервни болести, гр.Пловдив

„Не случайно магнезият е наричан „антистресов“ минерал. Колкото по-дълбока е липсата на магнезий в организма, толкова по-чувствителен, нервен, притеснен и неработоспособен се чувства човек.“

професор Мермерски

„Преди време започнах да усещам умора през деня, по-рано от обикновено. Започнах да получавам крампи през нощта, а това никога не ми се беше случвало. Разбрах за „Магнематрикс“ от приятел, който е преминал през същото и останах много доволен от ефекта.“

Ненко Станимиров, 48г, София

ОТ VITAGOLD

ТЪРСЕТЕ В АПТЕКИТЕ! ПРИ ЛИПСА, ПОМОЛЕТЕ СВОЯ ФАРМАЦЕВТ ДА ПОРЪЧА ОТ НАЦИОНАЛНИТЕ ДИСТРИБУТОРИ! ЗА ПОВЕЧЕ ИНФОРМАЦИЯ: www.vitagold.bg;

тел: 0886 73 63 63

Ново изследване показва, че преминаването на растителна диета може да облекчи мъчителните болки при диабетичите и да намали риска от ампутация на крайник.

Над половината от възрастните хора с диабет тип 2 са застрашени от диабетната невропатия - вид поражение на нервите, което се причинява от лошо кръвообращение и високи нива на глюкоза в кръвта. Диабетната невропатия може да причини язви и други инфекции по краката и стъпалата. Тя е главната причина за ампутация на крайници на диабетичите.

ВЕГАНСКАТА ДИЕТА ОБЛЕКЧАВА ДИАБЕТНАТА НЕВРОПАТИЯ



нията на нервите.

Уелс обясни, че тъй като кръвта с високо ниво на глюкоза е гъста, тя не може да достави хранителни вещества на нервните окончания.

Обикновено глюкозата се доставя от въглехидрати, а хормонът инсулин, отделян от панкреаса, я придвижва към клетките, където тя се използва като гориво. По все още неизяснени напълно причини при хората, болни от диабет тип 2, инсулинът не може да придвижва ефективно глюкозата от кръвта към клетките. Така в кръвта се събира голямо количество глюкоза.

Поддържането на здравословно ниво на глюкоза се нарича гликемичен контрол.

Гликемичният контрол предпазва от развитието и прогресирането на диабетната невропатия. Диетата и физическите упражнения, които водят до сваляне на килограми, подпомагат гликемичния контрол и забавянето на развитието на диабетната невропатия.

Учени от университета "Джордж Уошингтън" откриха, че промяната в начина на живот и по-точно преминаване към правилно хранене и физическа активност е два пъти по-ефективно средство за контролиране на диабета, отколкото най-разпространените лекарства против диабет.

Много от участниците в новото изследване са впечатлени от бързо сваляне на килограми и подобряването на гликемичния контрол в резултат на растителната диета.

В новото изследване обаче учените не могат да определят точно кой елемент от нискомаслената растителна диета води до наблюдаваното подобрение. Възможно е просто загубата на килограми да е допринесла за намаляването на болките от невропатията, отбелязват те.

В САЩ за лечение на диабет всяка година се изразходват 175 милиарда долара. В новото изследване учените отбелязват, че цената на диетата с много зеленчуци и други растителни продукти е по-добра на повечето диабетичи. (ЖД)

Това заболяване не се лекува. Лекарите обикновено предписват срещу болките медикаменти и промиват раните, за да не се допусне инфектирането им.

По време на новото изследване ученици подложили 17 диабетичи с наднормено тегло, които страдали от невропатия, на 20-седмична диета с пресни зеленчуци и комплексни въглехидрати с много фибри, като фасул и пълнозърнести храни. Пациентите приемали и добавки от витамин В₁₂, който се съдържа само в животинските продукти, но е много важен за правилното функциониране на нервите.

В сравнение с контролната група от 17 възрастни, които приемали добавки, съдържащи витамин В₁₂, но не променили диетата си, групата, която била подложена на веганска диета, постигнала значително облекчение на болките. Тестовите показали и подобрение на кръвообращението и на функцията на нервите. Също така участниците в тази група отслабнали средно със 7 килограма. Много от тях установили, че организъмът им контролира по-добре нивото на глюкозата в кръвта, което им позволило да намалят дозата на приеманото от тях лекарство против диабет.

Един от авторите на изследването, Камерън Уелс, посочва, че с увеличаването на инсулиновата чувствителност и подобряването на стойностите на захарта в кръвта се дава възможност на организма да се справи с пораже-

Хранителна добавка

Urocomfort

Благоприятно повлиява
функцията на пикочните пътища



Урокомфорт при уроинфекции

ESO PHARM

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

Мерилин Монро, Уинстън Чърчил, Луис Карол и Исаак Нютон си приличат по талант и популярност, но има и още нещо общо между тях - всички те са заеквали.

Заекването е сложно нарушение на говора, което се проявява с разстройството на неговия нормален ритъм, непроизволни спирания и принудителни повторения на отделни звуци и слогове вследствие на гърч на артикулиращите органи. С други думи заекването е нарушение на ритъма и плавността на речта, което затруднява словесното общуване.

Здравите хора също правят паузи, когато говорят - от 7 до 10% от изказа им преминава с повторение на отделни думи или фрази. За заекване става въпрос, когато прекъсванията в говора са повече от 10% от него.

В страните по света процентът на заекващите е различен. Той зависи от някои национални черти, например особености на темперамента, който определя до известна степен характеристиките на езика като темп, ритъм, разполагане на паузите, интонация. В Европа процентът на заекващите намалява от запад на изток: при французите той е 5,7%, при немците - 2%, при руснаците - 1,2%.

В повечето случаи заекването се появява при децата от 2 до 5 години, като момчетата страдат от този дефект на говора 4 пъти по-често от момичетата. Много важно е да не се пропуснат първите признаци на заекването: говорът на детето е неуверен, накъсан, с често повторение на думите, усеща се, че то изпитва напрежение и притеснение. На моменти понякога детето внезапно млъква и отказва съвсем да говори. В такъв случай е необходим спешен преглед при логопед. Кулминацията на заекването обикновено е в юношеска възраст, а след 30-годишна възраст то започва да намалява.

При всякакви нарушения на говора, в това число и заекването, трябва да се пристъпи към незабавно лечение още в най-ранния му стадий. В днешно време съществуват много методи на лечение на заекването - от лекарствени препарати и иглотерапия до специални противозаекващи устройства и компютърни програми.

Видове

Учените определят 2 основни вида заеквания. Първият засяга де-

ца с нарушения в нервната система. Причини за този вид заекване са наследствена предразположеност, травма при раждането, тежка бременност на майката, често боледуване в първите години. Заекващото дете изглежда здраво и умно, но при неврологично изследване обикновено се откриват признаци на повишено вътрешночерепно налягане, промяна на рефлексите и склонност към гърчове.

Вторият вид заекване засяга деца, които поначало са със здрава нервна система. Те започват да заекват в резултат на невроза след силна преумора и стрес. Причините за невротичното заекване могат да бъдат най-различни: детето може да се изплаши от нещо, да се претовари от много учене, да се разстрои от болест на близък човек. Не всички деца започват да заекват след гледане на филм на ужасите, но за по-впечатлителните и нервните това е възможно. При този тип заекване говорният дефект може да се засили при емоционална възбуда и нервно-психическо напрежение.

Хората, които заекват, пеят хубаво.

Какво се случва?

Заекването е резултат от периодично случващи се гърчове на мускулите на говорния апарат - езика, устните, мекото небце или долната челюст. Няколко кратковременни гърча на мускулите водят до непроизволни повторения на отделни звуци и слогове (клонично заекване), силни и продължителни съкращения на мускулите предизвикват задържане на говора (тонично заекване); има и смесена форма, когато се съчетават двата вида нарушения. Понякога гърчовете на мускулите на говорния апарат са придружени от гърчове на мускулите на лицето и крайниците.

Причини

Те са заложили в главния мозък, където е говорният център. За да общуваме не само с помощта на гримаси и жестове, още в ранно детство нервните клетки на мозъка формират три важни структури, контролиращи говора. Центърът на Брок - гласовият център, отговаря за работата на мускулите и връз-

КАКВО ЗНАЕМ И НЕ ЗНАЕМ ЗА ЗАЕКВАНЕТО

ките, които участват в говора. Центърът на Верник - слуховият център, разпознава собствения говор и говора на околните. Асоциативният център анализира казаното и взима решение за какво да се говори по-нататък. Хармоничната работа на тези центрове формира така наречения говорен кръг: Гласовият център ни позволява да изкажем фразата и едновременно с това активизира центъра на слуха. Слуховият център възприема говора и дава

команда на асоциативния център да мисли, а той, след като помисли, активизира гласовия център и т.н.

Периодичните нарушения в говорния център заради различните скорости на работата на говорните центрове са в основата на заекването. Именно затова най-лесно се провокира заекването във възрастта от 2 до 5 години, когато започват да се формират говорните центрове и синхронната връзка между тях.

Как се проявява?

Прекъсванията на говора при заекването са различни. Възможни са повторения на звуци или слогове, моменти на спиране на говора, неестествено разтягане на звуците. Често заекването е съпроводено с напрежение и тревога, гримаси или тикове.

Обърнете внимание, ако детето ви се колебае, преди да започне да говори, ако повтаря думи и се запъва, преди

да произнесе някоя дума или фраза. Много деца, бързайки да кажат нещо, не успяват да се изразят правилно. Неуверената, накъсана реч и повторенията на възраст от 2 до 7 години е в рамките на нормалното. Ако това обаче става много често и е свързано с някакво напрежение, може детето да е в начален стадий на заекване.

Следващите признаци говорят за това:

- Често повторение на думи;
- Удължаване на звуците;
- Избягване на ситуации, при които се общува, използване на изрази като: "Това не мога да кажа";
- Разстроен вид;
- Напрегнати мускули на лицето и шията;
- Неочаквани повишения на гласа по време на говор. (ЖД)

Хранителна добавка

Lacto 4 VIP

Пробиотик

Капсули X 15

Lactobacillus acidophilus
 Lactobacillus rhamnosus
 Lactobacillus bulgaricus
 Streptococcus thermophilus

Живи лактобацили
Съхранява се в хладилник

При стомашно-чревни разстройства и след лечение с антибиотици

ЕСOPHARM

Food supplement

Lacto 4 VIP

Lactobacillus acidophilus
 Lactobacillus rhamnosus
 Lactobacillus delbrueckii subsp. bulgaricus
 Streptococcus thermophilus

15 желатинови капсули

Живи лактобацили
Съхранява се в хладилник

ЕСOPHARM

Vitality Internal Protection
VIP

VIP - Специална формула, запазваща жизнеността на лактобацилите в киселата среда на храносмилателния тракт

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

Доц. д-р Димитър ПОПОВ

Това, за което със сигурност ще ни осъдят бъдещите поколения, е невероятното замърсяване на нашата планета, добиващо все по-катастрофални размери. Без съмнение една от най-непривлекателните страни на научно-техническия прогрес са непоправимите вреди, които през последното столетие бяха нанесени на екосистемата. Следва с тъга да признаем, че плащаме твърде висока цена за своя комфортен живот - за възможността да се придвижваме бързо и удобно с безброй превозни средства, да разполагаме с материали с невероятни свойства и приложения (метали и сплави, пластмаси, химически препарати, торове, пестициди), със средства за комуникации, които съвсем доскоро се описваха във фантастичните романи, с машини и съоръжения, променили коренно промишлеността и бита ни. В резултат само за едно столетие нашата цветуща планета постепенно се превърна в едно непривлекателно и отблъскващо урбанизирано бунище.

Тежките метали са едни от основните замърсители на околната среда, които по токсичност заемат второ място след пестицидите. Съществуват около четиридесет определения на термина "тежки метали". Напоследък към тази категория се причисляват тези, чиято плътност надвишава 5 г/см³ (живак, олово, кадмий, мед, цинк, никел, хром, желязо, молибден и т.н.). В нищожни концентрации редица тежки метали (желязо, мед, цинк, молибден и др.), проявяващи каталитична активност, участват в човешкия метаболизъм и са важен елемент от неговата хомеостаза. В по-високи концентрации почти всички проявяват токсично действие, изразяващо се в непоправими увреждания на редица органи и системи на организма.

Кадмий, медта и желязото нарушават проникваемостта на клетъчните мембрани, причинявайки сериозни вреди на клетките.

По чувствителност на живите организми към токсичното им действие тежките метали се подреждат в следния ред:

живак, мед, цинк, никел, олово, кадмий, хром, калай, желязо, манган и т.н.

Основни "доставчици" на тежки метали в околната среда са черната и цветната металургия, рудообогатителните, керамичните и стъкларските предприятия, както и тези за добив и преработка на нефт, топлоелектрическите централи, използващи твърдо и течено гориво и битови отпадъци, химическата индустрия и транспортът. Металургичните предприятия ежегодно засипват Земята със 150 хил. тона мед, 120 хил. тона цинк, 90 хил. тона олово, 12 хил. тона никел, 1,5 хил. тона молибден, 800 тона кобалт, 30 тона живак и пр.

ТОКСИЧНИТЕ ТЕЖКИ МЕТАЛИ - СКРИТАТА ЗАПЛАХА

Съвсем доскоро автотранспортът "даряваше" земната повърхност с над 250 хил. тона олово,

което в огромната си част за стотици години остава в отровената земя. За отстраняване на тежките метали, попаднали в повърхностния хумусен почвен слой, е нужен много дълъг срок. Времето за отстраняване само на половината количество за цинка варира от 70 до 510 години, за кадмия от 13 до 110 години, за медта от 310 до 1500 години, за оловото от 770 до 5900 години... Гълтаме и вдишваме тежки метали непрекъснато и буквално на всяка крачка - с въздуха, с водата, която пием, с тютюневия дим, с препаратите на битовата химия, козметичните средства, зъбните пломби, храната, напитките...

В атмосферния прах се съдържат около 12 хил. тона живак,

две трети от който се образуват в резултат на изветрянето на червената живачна руда киновар (живачен сулфид). Това е най-токсичният минерал в природата. В Средните векове изпращането в галериите за добив на киновар (в превод наименованието му означава кръв на дракон) било равносилно на осъждане на смърт. Около половината производство на живак (910 хил. тона) попада в Световния

океан, където под действието на особени бактерии се превръща в изключително отровното съединение метилживак. Метилживакът се натрупва необратимо в редица морски обитатели - ракообразни и риби, което ги прави изключително опасни за консумация. В по-високи концентрации метилживак се открива в едрите хищни риби - акула, тон, риба-меч, скумрия и др.

Живачната интоксикация се проявява с редица въздействия върху централната нервна система,

водещи до емоционална нестабилност, главоболие, световъртеж, отслабване на паметта, обща слабост, лесна уморяемост и т.н. Засягат се фатално и редица органи и системи - мозък, бъбреци, сърдечносъдова и репродуктивна система и т.н. Смята се, че сериозен здравен риск представляват зъбните пломби с живачна амалга, които вече 170 години се използват от дантистите. Според френски източници всяка година в устата на французите под формата на зъбни пломби попадат 17 тона живак! Специална резолюция на Съвета на Европа от 2011 г. препоръчва вземането на сериозни рестрикционни мерки срещу употребата на живак и неговите съединения във всички области - промишленост, приборостроене, химическа и козметична индустрия, както и в денталната практика. Любопитен факт, установен от японския лекар Йошиаки Омура, е, че кориандърът способства за извеждането на живака, а и на други токсични метали от организма.

Годишният световен добив на олово съставлява около 4 милиона тона.

С континенталния прах Световният океан

получава ежегодно 20-30 хил. тона от този метал. Огромни количества от него бяха натрупани в околната среда (особено край оживените пътища и магистрали) в резултат на използването на тетраетилоловото в качеството му на антидетонатор в нискооктановите бензини. Той беше забранен през 2000 г., което понижи чувствително замърсяването на планетата с олово.

В организма оловото попада с въздуха, водата, храната и напитките. До 90% от него се акумулира в костите, откъдето постепенно отравя организма. Поразят се главно нервната, сърдечносъдовата и кръвотворната система. Най-уязвим към оловна интоксикация е детският организъм, при който около 50% от погълнатото олово попада в кръвта (при възрастните - 10%). Периодът му на полуразпад в тялото е 5 години, а в костите - 20 години.

Източници на замърсяване с кадмий са металургичните производства на цинк и олово,

предприятията за производство и рециклиране на батерии и акумулатори, топлоцентрали, утаечните маси на пречиствателните станции, някои бои и т.н. Установено е, че склонност към натрупване на кадмий проявяват редица морски дарове - мидите (особено „Сен Жак“), омарите, лангустите и скаридите, както и рибите, в които токсичният елемент се насочва главно към техните вътрешности. В човешкия организъм се абсорбира около 5% от погълнатия кадмий, който се акумулира главно в черния дроб и бъбреците. Елементът поражда нервната система, води до нарушаване на фосфатно-калциевия обмен, способствайки по такъв начин за разрушаване на костите, причинява анемия и има канцерогенно действие. Периодът му на полуразпад в човеш-

кия организъм е от 10 до 30 години.

Медта, медните сплави и медните съединения се използват широко в различни отрасли на промишлеността, химическата индустрия, електротехниката, водопроводните инсталации, агрохимичната защита и т.н. Съдържа се както в питейната вода, така и в почти всички храни.

Най-високо съдържание на мед е установено в черния дроб, шоколада, кафето, чая и др.

В минимално количество медта представлява важен биоелемент, участващ в редица важни биохимични процеси в организма. Високи дози водят до тахикардия, затруднения в дишането, анемия, чернодробна и бъбречна недостатъчност и т.н. В човешкия организъм медта се натрупва главно в сивото вещество на мозъка, в черния дроб и надбъбречните жлези.

Сериозни вреди на човешкия организъм нанасят още цинкът, никелът, кобалтът, хромът и редица други тежки метали, чието количество в околната среда многократно надхвърля тяхното естествено съдържание в нея.

За извеждане на токсичните тежки метали от организма способстват пектинът, овесената и оризовата отвара, запарката от лайка, шипка, невен и др.

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".

gpopov_bg@yahoo.com

Хранителна добавка за здраве и красота с екстракт от ГРЪМОТЪРН



Фирма "Петър Димков и КО" Търсете в аптеките

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

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

По оригинална рецепта на Петър Димков

- Пречиства черния дроб и подобрява функцията му
- Действа слабително и диуретично
- Намалява апетита, мезлото и целулита
- Оказва благоприятно влияние на обмяната на веществата
- Засилва метаболизма

17 ПРОСТИ СЪПКИ, КОИТО ЩЕ ВИ МОТИВИРАТ ДА СПОРТУВАТЕ

Специалисти от Европейската асоциация по фитнес предлагат няколко мотивационни стъпки, които ще ви помогнат да се мобилизирате и да отидете на тренировка.

1. Обличайте спор- тен екип

Дори и да нямате намерение да правите физически упражнения, по някое време облечете екип за фитнес, застанете пред огледалото и се огледайте. Ако оцените, че фигурата ви не изглежда достатъчно добре, може би ще решите да не се преобличате, а веднага да направите един малък крос.

2. Записвайте впечатленията си от всяка тренировка

Приучете се да си водите дневник, в който да описвате усещанията и самочувствието си след физически натоварвания. Ако в даден момент нямате настроение за тренировка, прелистете дневника си и си спомнете удоволствието, което сте изпитали след физическите

6. Опитайте с групови тренировки

прииска да го преживе-
ете отново.

3. Напомняйте си причината да започнете да спортувате

Спомнете си времето, когато не сте си купували дрехи, които са ви харесвали, само защото ви стоят лошо. И колко често ви се е искало да облечете шорти или къса пола, но не сте могли да си го позволите. Припомнете си тези неприятни моменти и причините, поради които сте започнали да се занимавате с физически натоварвания.

4. Запитайте се дали няма да съжалявате, ако се откажете от тренировките

Започнали сте да се занимавате с фитнес по определени причини, като желание да се избавите от излишните килограми, да укрепите мускулите си, да подобрите здравето си, да изпитате положителни емоции или просто да запълните свободното си време. Помислете си дали няма да съжалявате, ако се откажете от тези занимания и подчеркнете собствените си цели.



5. Купете си абонаментна карта за спортната зала

Това е едно от най-мотивиращите решения. Дори и внезапно да ви налегне поредният пристъп на мързел, мисълта, че давате напразно пари за курса по фитнес, ще надделее. Волно-неволно ще се наложи да станете от креслото и да тръгнете към спортната зала за тренировка.

6. Опитайте с групови тренировки

Някои предпочитат да имат индивидуален треньор, защото искат вниманието да е насочено единствено към тях и да няма свидетели на евентуалните им провали. Само че ако треньорът е добър професионалист, той ще отделя внимание на всеки поотделно дори и в групата да има повече хора. При груповите занятия общата енергия увлича хората да продължат тренировката дори и да им се прииска да прекъснат и да си тръгнат. Не бива да се притеснявате от другите участници - те са увлечени от своите усилия и нямат време да ви наблюдават.

7. Представете си, че спортувате пред зрители

Представете си, че сте професионален атлет и изпълнявате упражнения пред жадна за зрелище публика, която ви ободрява с виковете и аплодисменти. Тогава няма как да се откажете и да си тръгнете, преди да сте завършили упражненията. Доста необичаен начин, но помага на хора с богата фантазия.

8. Набележете си цели

Те могат да бъдат малки предизвикателства. Например да тичате до най-близкия супермаркет, след това до аптеката, да свиете в парка и там да побягате още 2 минути и после по обратния път. По-големите цели обаче мотивират повече. Например да отслабнете 7 килограма, да пробягате 200 километра на велотренажора, да се научите да карате ски, да смалите талията си до 60 см. Напомняйте си целите всеки ден и работете до постигането им.

9. Тренирайте с хора, които ви ободряват и поощряват

Подкрепата е винаги необходима, дори и в спортната зала. Ако зад някого застанат хора, които го поощряват, той неминуемо ще се стреми да постигне по-добри резултати, за да оправдае очакванията им и да докаже, че може повече. Мисълта, че нечий очи ви наблюдават, е най-добрата мотивация да постигнете идеала си.

10. Слушайте аудиокниги с продолжение

Да тренираш под звуците на забавна музика е по-весело, но аудиокнигите имат определено преимущество: с тях непременно ще ви се прииска да излезете да побягате или да продължите тренировките на следващия ден, за да разберете края на историята.

11. Яжте здравословна храна

С никакви физически натоварвания няма да получите очакваните ре-

зултати, ако ядете вредна храна в големи количества - фаст фууд, сладко, пържено и мазно, тестени изделия - и едновременно с това пропускате плодовете, зеленчуците, протеините и бавните въглехидрати. Към програмата на спортните занимания подберете хранителна диета, която е одобрена от треньора или диетолог. Препоръчителни храни са зеленчуците, пилешкото и говеждото месо, пълнозърнестите продукти, нетлъста риба и плодове с ниско съдържание на захар, като киви, круши, грейпфрут и ябълки.

12. Правете си сел-фита

Снимайте се преди и след тренировките всяка седмица, направете си фотоалбум или окачете снимките на стената, за да ги сравнявате. Промените в тялото се виждат по-добре на фотографиите, отколкото в

огледалото.

13. Съревновавайте се

Конкуренцията винаги е отличен мотиватор във всяка сфера. Кой е напълнял повече - вие или приятелката ви? Кой по-бързо ще сваля няколко килограма и ще стегне мускулите си? Съревновавайте се с приятелите си в спортната зала, мотивирайки не само себе си, но и другите.

14. Поканете приятели

За да спортуваш с най-добрите си приятели винаги е по-весело, отколкото, ако го правиш сам. С приятели няма да пропускаш тренировките, те ще ти поощряват и помагат при сложните упражнения, ще посочат къде грешите и първи ще забележат успехите ти.

15. Увеличавайте дистанцията

Ако сте пробягали 2 километра, следващия път се опитайте да про-

бягате още два. Тогава по обратния път ще трябва да изминете 4 километра.

16. Кажете си, че само малко ще се разгреете и после си отивате у дома

Ако в някой от дните нямате желание да се занимавате с фитнес, си кажете, че само за малко ще се разгреете и веднага ще се върнете у дома. Ще се уверите, че след като започнете, вече няма да ви се иска да прекратите тренировката.

17. Проследявайте успехите си

Купете си някаква фитнес джаджа, например електронна гривна. Отбелязвайте всички резултати, следете и най-малкия напредък, записвайте впечатленията и усещанията си. Може да вкарате графика на тренировките и подходящо меню. Вечер преглеждайте дневника си. **(ЖД)**

ФИПРИСТ® КОМБО

fipronil, S-metopren

Ефективен срещу

Защита на правилното място!

За допълнителна лекарствена информация:
КРКА България ЕООД, София 1164,
ул. "Якубича" 19
тел.: 02 / 962 34 50, факс: 02 / 962 35 20,
e-mail: info.bg@krka.biz

**Денонощен телефон за лекарствена
безопасност: 02 962 34 50**

БАБХ № 3787

Състав: Фиприст Комбо 0,7 mg фипронил / 0,03 mg S - метопрен спот он разтвор за кучета и котки от средни породи; Фиприст Комбо 200, mg фипронил / 20,0 mg S - метопрен спот он разтвор за кучета от средни породи; Фиприст Комбо 268, mg фипронил / 26,8 mg S - метопрен спот он разтвор за кучета от сарли породи; Фиприст Комбо 400 mg фипронил / 40,0 mg S - метопрен спот он разтвор за кучета от много сарли породи; Фиприст Комбо 10 mg фипронил / 1 mg S - метопрен спот он разтвор за котки и породи. **Терапевтични показания:** Лечение на бълва (*Ctenocephalides felis*) при кучета, котки и породи. Препоръчан на разположение на бълви, чрез инхибиране развитието на яйца (овисария изключително), и на ларвите в касидите (кариксиди изключително), предотвратяване от яйца, охлюви от възрастните бълви. Лечение на външни (*Ixodes ricinus*, *Dermacentor variabilis*, *Dermacentor immsicola*, *Amblyomma variegatum*) при кучета и котки. Лечение на външни (*Bovicola bovis*) при корове. Лечение на овизарии и външи при кучета (*Pulex irritans*, *Cimex*). Лечение на овизарии и външи при котки (*Felicio feliscatus*). Продуктът може да бъде използван като част от стратегията за лечение на дерматен дерматит причинен от бълви при кучета и котки (FAD), както е доказано при предпринети от ветеринарни лекари. [Против външна кучета, котки, породи]. **Противопоказания:** Породи бълва на достатъчно време, продуктът за кучета с тегло 3 - 10 kg не бива да се използва при кучешки подвиг в средната възраст и по-голям от 1 kg докато продуктът за кучета с тегло 10 - 20 kg, 20 - 40 kg и над 40 kg не бива да се използва при кучешки подвиг в средната възраст. Да не се използва при кучешки подвиг в средната възраст и 1 или при кучешки с тегло над 1 kg поради риска на достатъчно време. Да не се използва при кучешки подвиг в средната възраст. Да не се използва при бълви желирани бълви, системни заболявания, треска или при желирани в първо на възстановление. **Да не се използва при кучета поради опасност от ниска на имунологични реакции или дори смърт.** Породи бълва на проучване, употребата на този продукт не се препоръчва при желирани, за които не е предназначено.

Съвети за ветеринарна употреба:
Прочетете цялата информация на листовката преди предписване.

KRKA

Използвайте и знаете за ефективността и сигурността на нашите продукти.

● Хамам, глина, масла и къна са част от тайните за разкрасяване

Тина БОГОМИЛОВА

Очи като въглени, коса като коприна, кожа като кадифе... И арабската хубост си има своите чалъми.

Жените задължително отделият един ден в седмицата за разкрасяване. Събират се на приказки, сладкиши, кафе и оформяне на вежди с конец.

Хамамът е древна тайна за младостта и красотата на жените от арабския свят. Банята е цял ритуал не само за физическо, но и за духовно пречистване.

След напарването в хамама се прави задължителен масаж със специални масла за гладка като кадифе кожа.

Друга разкрасяваща рецепта е вулканичната глина, която е традиционен натурален продукт, осигуряващ качествена грижа за тялото и лицето. Глината е подходяща за всякакъв тип кожа, извлича токсините и мърсотията дълбоко от порите, отстранява мъртвите клетки и подмладява. С глина се правят процедури за тялото, премахване на отоци и на целулит. Използва се и за скалпа, премахва излишната мазнина

АРАБСКАТА ХУБОСТ СИ ИМА ЧАЛЪМИ



дисват с къна също така ноктите, дланите и стъпалата си.

Казват, че тайната за лъскава коса е и в традицията да покриват главите си с шал, който предпазва от мърсотия, прах, вятър и слънце.

Вместо дезодорант арабските жени използват halawa, който представлява смес от натурални масла, парафин и восък. Използват го за тялото, ръцете, подмишниците и стъпалата.

А захарта май е най-простото, достъпно и икономично средство за премахване на космите. Твърди се, че тази козметична процедура била измислена от египетската царица Клеопатра.

и прави косата мека като коприна.

Въпреки че обичайно е забулено, лицето се хидратира и почиства редовно с натурални продукти като зехтин и арганово масло, които имат и подмладяващ ефект.

Арабска почистваща маска за лицето се прави от яйчен жълтък с по една чаена лъжичка портокалов сок и зехтин, няколко капки розова вода и лимонов сок. Рициновото масло също е на почит в арабския свят и с него се премахват пигментни петна. Смачкани листа от мента и босилек пък се използват против акне.

Косите на арабките са гъсти и блестящи, защото ги мият с млечни продукти, масла и вода с растителни екстракти. Това създава мастен слой, предпазващ от слънцето и вятъра. Косата става по-лъскава със суха мая и кокосово олио или изсушен босилек и зехтин.

Но най-изпитаната рецепта за коса е къната. За разлика от боята, къната съдържа само растителни вещества и етерични масла, не променя химичната структура на косъма, а покрива като защитен филм, който предпазва от пърхот и косопад.

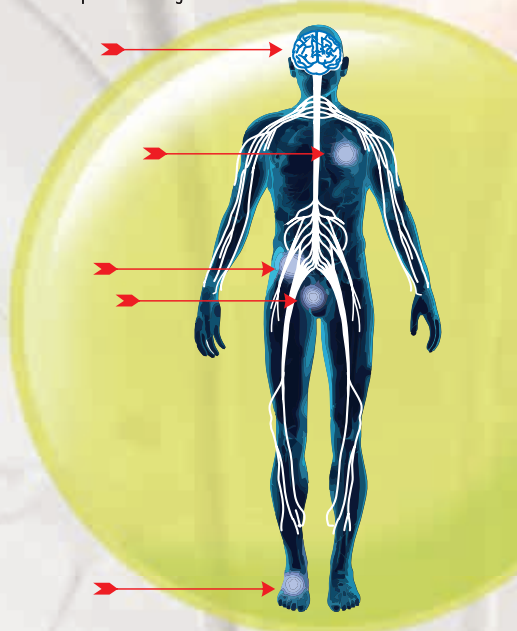
Натуралната къна е зеленикава, но може да промени цвета на косата от риж до тъмен махагон. Нюансът, който се получава след боядисването, зависи от естествения цвят на косата и вида на къната. Жените от арабските страни боя-

дисват с къна също така ноктите, дланите и стъпалата си.

И не на последно място, една от тайните на арабската хубост е много вода, плодове и зеленчуци.

Алфалипоева киселина 60 капсули X 300 мг α -Lipomax Хранителна добавка

- Алфалипомакс е хранителна добавка, предназначена за перорална употреба при пациенти със захарен диабет тип 2.
- Съдържа алфалипоева киселина като основна активна съставка за подобряване на състоянието при диабетна полиневропатия /ДН/.



- Алфалипомакс покрива препоръчвания месечен курс от 600 мг /дневно алфалипоева / тиоктова/ киселина.
- Приемът на алфалипоева киселина подобрява общото състояние при захарен диабет.
- Алфалипоевата киселина е средство за симптоматично и патогенетично лечение при диабетна полиневропатия.
- Добавените витамини от групата В /1, 6, 12 и фолиева киселина/ имат доказан ефект за подпомагане лечението на невралгии и съпътстваща симптоматика при възпалителни заболявания на периферната нервна система.

ECOPHARM
Diabetology

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

Къде можеш да се запознаеш с местните хора в обичайна за тях среда, да видиш фермерските и типичните за района хранителни продукти и да опиташ традиционните гозби и напитки на разумна цена? Оставете си поне два часа за обиколката из тържището на посетения дестинация и чрез кулинарията ще научите много повече от очакваното.

Градските пазари се намират именно там, където са били създавани поселения преди векове. Те имат своята физиономия и история и са един жив и динамичен организъм, който отразява навиците и вкусовете на общността. Туристите, които искат да се потопят истински в атмосферата на пътешествието, не пропускат да ги посетят. Така край плаващите градини на Сочимилко край Мексико Сити ще видите кочани царевица с всякакви цветове на зърното, включително лилаво и черно, и ще хапнете много вкусна домашна шкембе чорба; в Бирма ще разберете, че пресни са само плодовете, зеленчуците и току-що уловените риби - всичко останало е сушено на слънце, за да може да оцелее във влажния топъл климат; по пазарите на Мароко, където религията не допуска консумирането на най-популярното у нас свинско, прясното месо и карантията могат да бъдат от заклана сутринта камила. Но нека останем в Европа и обиколим два емблематични кулинарни пазара в две световни гурме дестинации, които отдавна са влезли в програмата на ценителите.

Бороу маркет в Централен Лондон определено е едно такова неизпускаемо място, защото може да се види в пълния му блясък културът към качествена, прясна и разнообразна храна като контрапункт на клишето за скучната британска трапеза. Той е особено подходящ за посещение по обед, когато вероятно сте разгледали крепостта Тауър, минали сте по едноименния мост над Темза и сте поели към



Пазарите като атракция

възстановения театър на Шекспир - "Глоуб" или Музея за модерно изкуство "Тейт". Наблизо до Бороу маркет е кварталната катедрала на Southwark (произнася се като Содък) и има метростанция.

Спрете за разглеждане, опитване и хапване, защото ястията са току-що приготвени, а ейловите в околните кръчми са отлични. В казани и тигани къкрят манджи, които отразя-



ват цялото етническо многообразие на местното население - индийски кърита с чапати и басмати, етиопски гозби, кашерни вкусоти, балкански хапки и най-изискани сладкиши като френски макарони и всякакви мини- и големи пайове - за опитване на крак и за споделяне въщи. Личи си и респектът към Средиземноморието и тоновете маслини, мариновани туршийки, билки и подправки, сосове, тапас и всякакви мезета мамят познавачите. Готвят не само световноизвестни готвачи или професионални лакомници, но и звездни шефове, които се кефят да общуват с ценители извън стените на луксозните ресторанти. Имайте предвид, че кулинарните щандове са отворени в понеделник и втор-

ник от 10 до 17 ч., а целия пазар с всичките му сектори можете да видите от сряда до събота включително. Неделя е денят за почивка.

Бороу маркет - според управата му - е един от най-големите пазари в британската столица, които предлагат риба и морски дарове, дивеч и птици, страхотни ръчни хлябове и печива и домашно приготвени колбаси и сирена, каквито трябва да се опитат. Твърди се, че това е и едно от най-старите тържища в града с повече от 1000-годишна история, макар че писмени свидетелства има "само" от преди около 750 години. Отвън радва око с основната си конструкция в стил ар деко от втората половина на XIX век, а след 2001 г. започва ремонт и модернизация.



тографска изложба на кулинарна тема, а на сайта на пазара www.boroughmarket.org.uk можете да намерите и рецепти, които да си пригответе у дома. Тръстът от уважавани местни жители (работещи на доброволен принцип), който управлява емблематичния лондонски пазар, налага и поддържа високи стандарти за качеството на храните и подкрепя проходащи фирмички да постигнат желаното ниво и устойчивост на развитие.

"Храмът на гастрономията" La boqueria

(според каталунския тогтовач и експериментатор Феран Адриа) е мястото в Барселона, където могат да се видят закуп всички етапи на хранителната верига - от зеленчуковата градина, фермата и морето през търговците до всички частни и професионални клиенти, които обикалят уникалния лабиринт от сергии в търсене на своето кулинарно съкровище. Ла Бокерия е с ранг на задължителна туристическа атракция и не може да бъде пропуснат и поради местоположението си на самата "Рамбла" в Стария град (на спирката на линия L3 на метрото "Лисеу", големият и прочут оперен театър, който е в близост). Вместо да се мотае безцелно, блъскани от тълпи зяпачи по това пренаселено европейско стъргало и после да се оплакват, че Барселона "не е вашият град", кривнете тук и подушете и опитайте изобилието от деликатеси, с които ви черпи щедрото Средиземноморие. Определено ще научите за местните хора и техните вкусове повече, отколкото на улицата.

Историята на тържището с официално име *mercà de Sant Josep de la Boqueria* се връща назад към началото на XIII век, когато край градските порти били поставени първите сергии за продажба на месо. Доста по-късно общинската управа решава да подслони на едно място месарите и рибарите и съвременният пазар в този вид започва да се изгражда от 1840 г. Днес

щандовете под металния покрив са към хиляда

и още от входа ни удрят в носа и окото уникалните суровосушени свински бутове, от които не може да не опитате тънки резени хапон. По-нататък са щандовете с екзотични и местни сезонни плодове, които се предлагат цели, нарязани на хапки или на сок в чаша; сирената и зеленчуците. В средата на информационната табела, която показва с оцветени сектори къде какво можем да намерим, тържествено синият като герб щандовете с риби и морски дарове - най-характерните пресни храни за района. Клиентите могат да пожелаят допълнително почистване и транжиране и чакат или отиват да си купят нещо друго, докато продавачите се справят. Такива деликатеси в цели порции или като традиционни тапас могат да се опитат и в някое от многобройните бистра и малки ресторанта в рамките на пазара. Запива се обикновено с чашка бира или кава - пенливото вино, произвеждано в местните лозя.

Ла Бокерия не е отворена само в неделя, а през седмицата може да попаднете на веселба с музика, танци и клоунади. За кулинарните авантюристи пазарът предлага готварски уроци, които трябва да си запишете предварително, и всякакви събития, които ще видите от сайта. За разлика от споменатата карта, там можете да намерите информация и на английски и френски.

Текст и снимки
Бойка ВЕЛИНОВА

Пазарите по местата, които посещавате, са отличен повод да не се държим като коне с капаци и да ядем на улицата масова туристическа храна като сандвичи, пици и какво ли не с компромисно качество. Те са междинната спирка между бързата закуска и изискания ресторант, където на поносими цени можем да опитаем местните деликатеси, напитки и печива и да натрупаме още впечатления от пътуването.

ИМЕНАТА НА НАША СПРИНТЬОРКА

ИМЕНАТА НА НАШ АНИМАТОР ЕДИН ОТ КОНТИНЕНТИТЕ

ЛЪВ/ОСТАР./ ПТИЦА С КРАСИВИ ПЕРА

МЯРКА ЗА ВРЕМЕ ЧЕСНОВ ЛУК ГРАНИЧНА ТАКСА

АЛБУМ НА „ПИНК ФЛОЙД“ ПОНИЖЕНИЕ КОСТНА ВРЪЗКА

ДОЛНАТА ЧАСТ НА ДЪРВО НАШ САНИТАРЕН ПРЕПАРАТ

РЕКА В ЗАПАДНА АЗИЯ ГРЪЦКО НАЗВАНИЕ НА РЕКА СТРУМА

НАША ЛИТЕРАТУРНА КРИТИЧКА 1922-2010 СТОЛИЦА НА АЗЕРБАЙДЖАН

ПОЛСКИ ГРИЗАЧ МУЗИКАЛНА НОТА

ПЬЕСА ОТ НИКОЛА АТАНАСОВ

МАЛКА ФЛЕЙТА

ТАНЦОВА СЪПКА ЛИТЕРАТУРНИ ТВОРБИ В НЕМЕРЕНА РЕЧ

НАША ПЛАНИНА

МАРКА МЕБЕЛИ

НАКОВАНИ ЛЕТВИ ПОД МАЗИЛКАТА НА ТАВАН ГРАДИНСКО ЦВЕТЕ

ГЕРОЙ НА ОСТРОВСКИ ОТ КОМЕДИЯТА „ТАЛАНТИ И ПОКЛОННИЦИ“

МЯРКА ЗА ЗЕМНА ПЛОЩ ПЕСЕН НА Л.ИВАНОВА

ФРЕНСКА КИНОАКТРИСА „БРАЧЕН ЖИВОТ“ ШИРОК МЕ-САРСКИ НОЖ

КОМИЧЕН ПЕВЧЕСКИ ЕФЕКТ ЦИРКОВА ПЛОЩАДКА

ГЕРОЙ НА СТ. ЧИЛИНГИРОВ ОТ ПЬЕСАТА „НЕ БИЛ ДОСТОЕН“ ОРИГИНАЛИ

ГЕРОЙ ОТ ТВ СЕРИАЛА „СТОЛИЧАНИ В ПОВЕЧЕ“ СТИХОТВОТ.ОТ А.МИЦКЕВИЧ

МОРСКА ПАСТЪРВОВА РИБА

НАШ ПОЕТ 1898-1976

НАША ПОП-ФOLK ПЕВИЦА ЦИГАНИ РУСКИ АВТОМАТИ

ВИД ИЗОМЕРИ

СТАРО НАЗВАНИЕ НА СРЕДЕН ВЬЕТНАМ МАШИНАЕН ЕЛЕМЕНТ

ИЗЛИШЪК, АРТЪК РЪЧЕН УРЕД ЗА ПРЕДЕНЕ

МАСЛОДАЙНО РАСТЕНИЕ РУСКИ САМОЛЕТИ

СТРОИТЕЛЕН МАТЕРИАЛ, КИРЕЧ ВИД ПРОТЕИН

ФРЕНСКО МОДНО СПИСАНИЕ ГРАД В ЕТИОПИЯ

ГРАД В МИАНМАР РЕКА В КАНАДА УНГАРСКИ ПИСТОЛЕТИ

ШАХМАТНА ФИГУРА, ТУР ЖИВОТНО ЗА ЕЗДА

ВЪЗВИШЕНИЯ РАСТИТЕЛНА ПОДПРАВКА НАШ СРЕДНО-ВЕКОВЕН БОЛЯРИН

ПОДАРИК ПОЛОЖИТЕ-ЛЕН ОТГОВОР

ЖЕЛЯЗО-ВЪГЛЕРОДНА СПЛАВ ПРИМКА ЗА ЛОВ НА ЖИВОТНИ

ПРИДРУЖИ-ТЕЛ НА БЛАГО-РОДНИК ГРАД ВЪВ ФРАНЦИЯ

ЕЗЕРО В АЛПИТЕ, АВСТРИЯ НАШ АКТЬОР „СТЪКЛЕН ДОМ“

ЕГИПЕТСКИ БОГ СТРАДА ЗА СЦЕНИЧНИ ИЗЯВИ

СЪОБЩЕНИЕ ЗА НАПУСКА-НЕ НА ЗАЕМА-НА ДЛЪЖНОСТ ОБРАЗЕЦ

МАРКА ЮЖНО-КОРЕЙСКИ АВТОМОБИЛИ НАША ФЮЖЪН-ФОРМАЦИЯ

МОДЕЛ НА „ФОРД“ КРЯСЪК, ПИСЪК

РОБСТВО

РЕЧНИК : АКАКИ, АНОМЕРИ, АРКАН, АСЛАН, АТЕР, НАРВАЛ, СТРИМОН

ВЕНЕТА НИКОЛОВА

Отговори на кръстословицата от бр. 21:

ВОДОРАВНО: Ипа. Ре. Об. Дропс. Григор Димитров. Сапун. Екипи. Масларова (Емилия). Оре. Светулка. Литера. Арат. Видал (Гор). Сав. Херос. Ача. Ясли. Цонев (Коста). Бра. Венета. Арбанаси. Осил. Нар. Аероби. Лик. Беко (Жилбер). Атлас. Не. Барел. "Ам". Троха. Ботаника. Инок. Ороки. Тигели. Наеми. Октоподи. Ало. Родина. Кларк. Ганимед. Асонанс. Ари. Рани. АТА.

ОТВЕСНО: Свада. Игра. Юревич (Юлия). Ратан. Ос. Икеда (Дейсаку). Белмондо (Жан - Пол). Игита (Рене). Бара. Каин. Популярност. "Ена". Арил. СААБ. Роман. Кал. Синори. Рима. Иви. Ехо. "Ема". Акола (Пол). Исла (Маурисио). Икар. Отлив.Три. брат. Оток. Орех. Кол. Тип. Дворец. Синагога. Варовик. Недан. Оса. Онел. Билини. Па. Асен. Баки. Спор. Венера. "Ама". Уран. Таке. Плет. Гнет. Парола. Ода.

ЛЕСНО

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

СРЕДНО

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

ТРУДНО

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

ЖИВОТЪТ ДНЕС

Главен редактор
Петър Галеб
Отговорен редактор
Светла Фотева
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-сун
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

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

Тодор ИВАНОВ

Не се знае накъде ще тръгне световният футбол след неочакваната оставка на президента на ФИФА Сеп Блатер. Международната футболна централа ще свика извънреден конгрес в края на тази година или началото на следващата, на който да бъде избран нов ръководител. Решението бе обявено лично от шефа на ФИФА по време на пресконференция в Цюрих.

Оставката идва след големите разкрития за корупционни схеми във висшите етажи на организацията, но не е ясно дали е пряко свързана с тях. На 27 май в САЩ беше внесено официално обвинение за корупция и финансови злоупотреби срещу деветима служители на ФИФА, както и срещу петима ръководители на компании, свързани с дейността на организацията. Част от тях бяха арестувани, но по-късно освободени под различни гаранции.

79-годишният швейцарец Сеп Блатер бе преизбран да бъде начело на ФИФА до 2019 година едва четири дни преди оставката, с което трябваше да направи 21 години на поста. Той зае мястото на Жоао Хавеланж през 1998 г., а след това спечели изборите и през 2002 г., 2007 г. и 2011 г.

Вследствие на скандала има сериозна заплаха, че най-големите рекламодатели ще преместят бизнеса си другаде. На първо време става дума за

Световният футбол на кръстопът след оставката на Блатер

● Първенствата на планетата в Русия и Катар под въпрос

Coca Cola, Adidas, Nike, Mastercard и други. Ако ФИФА беше публична компания, акционерите ѝ досега щяха да са се вдигнали на бунт, коментира Bloomberg-View.

Междувременно голяма част от световните лидери реагираха повече от положително на новината за оставката на швейцареца. От Белия дом я приветстваха. "Оставката на Сеп Блатер дава възможност на организацията да подобри отрицателния имидж, който си е изградила през годините. ФИФА може само да спечели от избирането на ново ръководство", каза говорителят на Белия дом Джон Ърнест в кратък брифинг с медиите.

Германският канцлер Ангела Меркел също е доволна от оттеглянето на Сеп Блатер и смята, че това е вариант световната централа да започне работа на друго ниво.

Спортният министър в правителството на Меркел - Томас де Мезиер, дори отиде подалече. Той заяви, че от оставката на Блатер, дошла под натиск, няма да има никакъв смисъл, ако ФИФА не проведе никакви реформи и шуробаджанашината продължи да владее организацията. Германският футболен съюз (ГФС) е най-голямата асоциация в света с 6,8 милиона активни членове и проведе кампания срещу Блатер, но президентът ѝ Волфганг Нийрсбах се противо-

постави на по-радикални мерки, каквито например предложиха англичаните - бойкот на Световните финали в Русия след три години. "Мисля, че вече е полесно за ФИФА да работи, а и да го прави по-прозрачно. Това беше важна новина за милиардите хора, които обичат футбола. И сега вече може да се каже, че ФИФА представлява хората, които наистина работят за футбола по

стандартите, които ние бихме желали. Или поне трябва да го направи максимално бързо. За Германия футболът се превърна в начин да измие срама от Втората световна война и това стана за първи път със спечеленото Световно първенство през 1954 година в Швейцария", коментира Меркел, която не пропуска важен мач на националния отбор на своята страна.

Вследствие на скандала някои от страните - членки на ФИФА, искат преразглеждане на домакинствата на следващите две световни първенства - в Русия и Катар. Едва ли обаче ще се стигне до взимането на крайни мерки.

Един от най-яроостните критици на Блатер пък бе президентът на УЕФА (европейската футболна централа) Мишел Platini, който

наскоро бе в България за закриването на европейското до 17 години и за представянето на своята книга "Говорим за футбол". Управляващият орган на футбола в Европа е гласът на критиката срещу ФИФА. Ако УЕФА реши да бойкотира световната организация, оттегляйки своите 53 асоциации, които съставляват повече от 1/4 от всички членове, тя може да стане достатъчно силна, за да принуди ФИФА да предприеме друга посока.

Все пак има доста държави - членки на световната футболна организация, които я подкрепят, след като две трети гласуваха за Сеп Блатер по време на изборите за нов президент преди десетина дни. Този факт прави доста интересни събитията, които ни очакват в следващите месеци.

Емилиян ОНУФРИЕВ

Каквото и да кажем в исторически план за ЦСКА, все ще пропуснем нещо значимо. "Червеният" клуб е най-титлуваният и най-успелият у нас и в чужбина, сочат сухите факти. Сухи, сухи, но напоени с 31 титли, множество национални купи, полуфинали в европейските турнири и не един и два звездни "scalpa", които висят на колана на бившето страшилище за еврограндовете.

По-голямата част от историята е създадена до 1989 г. Началото на хм... "демократичните" промени у нас обаче е фактичното начало на обратния процес - бавен, но сигурен срив за клуба и отбора. 41 години слава и вече 26 търкаляне по наклона като снежна топка, по която се лепят проблем след проблем. Обективната истина е, че ЦСКА не е виновен сам за съдбата си. Първите години след комунистическия режим бяха тежки за всички, но особено за всяко "нещо", свързано по един или друг начин с миналото и с... "червения" цвят. Някъде по това време започна "червени боклуци" - рефрен, актуален и до днес. ЦСКА беше припознат като единствения спортен отбор, свързан с държавните структури на комунизма, което беше пълна глупост, разбира се, тъй като целият спорт беше

под държавна опека. Стигна се дотам да има сезон, в който титулярният екип да не е червен, а червено-бял.

По една или друга причина гигант като "армейския" клуб се оказва неспособен да се нагоди към новите реалности на свободния пазар. Другите отбори го направи, новите им АД-та получиха базите, на които се подготвяха и досега, където лесно, където трудно се оправяха. Не и ЦСКА. Вече 26 години "червените" си плащат всеки месец правото да ползват стадион и тренировъчни терени. Случайно или не, но те са и единствените в България в това положение.

Това е една от причините за дереджето. Твърде вероятно и най-голямата, тъй като е естествена спънка за развитието на клуба. Само ако погледнем въпросния период, ще видим, че на много места се изградиха нови съоръжения (или части от та-



ЦСКА - гоїде ли краят на легендата?

Бургас, Пловдив, Разград, Ловеч... Трибуна се прави и на Гере-на. Привилегията за едни не е достойна за ЦСКА.

Прави са хората днес, като казват: Как да дам 20 млн. за борчове, които не съм направил аз? А как Илия Павлов, Васил Божков, Прамод Митал, Димитър Борисов и Александър Томов правеха всичко, което виждаме на "Българска армия", без стадионът да е те-хен?

През последните години се чакаше ЦСКА да умре сам, а когато се надигаше от смъртния одър, услужливо му помагаша да легне отново там. Не само че се вдигаше обаче, но беше и пионер, иноватор за родните стандарти. ЦСКА пръв излезе на светло във финансите си при първия период на Александър Томов, което, разбира се, не му беше простено. Днес големият проблем при лицензирането на "А" група е НАП. Защото до 2007 г. някои се осигуряваха средно на 800 лв., докато прибираха заплати с хиляди.

Най-интересно беше през 2008 г. Тогава "червените" станаха заплаха номер 1 за всичките си врагове. Освен най-изрядни (според тогавашния ди-

ректор на НАП) бяха и най-силни (16 точки пред "Левски").

Истинското начало на разрухата на Армията обаче е идването на Перник - Борисов и Иванов. За престо си направи-ха толкова поразии, колкото е трудно човек само да си помисли. Две години след оттеглянето им мините още стоят. Скрити задължения, милиони, неплащани на НАП, разрушена база в Панчарево...

Днес въпросът дали не е кога ЦСКА ще стане за 32-ри път шампион, а ще го бъде ли изобщо или не.

Да убием ли този ЦСКА, или не? Какво ще правим с 20 млн. дългове? Всъщност дълговете на ЦСКА не са повече от 12-13 млн. лв., десет от които обезпечени. Ако се направят леки усилия да се чуе какво казва професор по икономика като Александър Томов, всичко ще е ясно. От 20 млн. 10 са към НАП - обезпечени. 2-3 са мините на "Титан", останалото до 20 и малко отгоре са отписани дългове от сегашните собственици (така поне твърдят самите те) и бившият - Лира. Да, обаче ЦСКА има играчи като Тони Силва, Стивън Сънди, Венцислав Василев, Марин Оршулич, Тончи

Кукоч, Жуан Фелипе и всички тези, които изнесоха първия полусезон, в който бяха убедително на върха. Това са потенциални трансфери, които, без да се изхвърляме, са поне 3-4 млн. лева в най-лошия случай. Като се добави и най-големият актив - феновете, стига да не са изкуствено разединени, както е в момента, ЦСКА може да е и финансово, и морално стабилен клуб.

Трябва едно много малко нещо. Отношение като към всички останали. На Армията дори не искат премиер да им търси спонсор, нито пък държавата да им вдига трибуна. Искат само да не им се пречи да се развиват.

Трябва и доверие към тези, които реално милеят за него. Такива бяха Александър Томов, Тодоров и Стойчо Младенов. Първите двама на практика са елементи, които трудно се вписват в родните футболни реалности. Все едно да курдисаме Мона Лиза в "Лувъра" на Вежди Рашидов. Опитаха нещо иновативно - да дадат реалната власт на феновете. На практика им я поднесоха на тепсия. Те обаче не я пожелаха. Някой ги излъга, че ще им ократат парите. И се случи като в тангото. ЦСКА направи

крачка напред, но след това бе принуден да се върне с две назад. Дори и повече.

Иначе лиценз за ЦСКА все пак вероятно ще има. Каквото и да се говори, цялата "А" група зависи от това. Защото изхвърлен "червеният" клуб, ще доведе до отлив от телевизионни зрители. А те - да не се лъжем - над 85% плащат по 4 лв. на месец, за да гледат ЦСКА, с уговорката, че същото се отнася и за "Левски", разбира се. Феновете им - любимците си, противниците - врага. Едва ли и половината от въпросните ще са готови да дадат тази сума, за да гледат вълнуващото дерби "Славия" - "Монтана" например.

26 години след началото на откровената античервена кампания ЦСКА още го има. Ще го има дори и да изпадне в окръжната група. Въпросът е защо се стигна до това и каква е гаранцията, че след няколко години същото няма да се случи, ако умиращият днес клуб отново се изправи, както беше през 2008 г.

По-лошо не може да стане, тухка се червеният песимист. О, може, може - усмихва се оптимистът. Ще разбере какво ще се случи на 15 юни.

BGfootball.com

Хранителна добавка

Palminton

сау палмето
+
коприва
+
ликопен
=
ефективна профилактика
на простатата

ESO PHARM

Бул. "Черен Връх" №114 Бк. Б. 1421, София, България.
Тел: 02/ 963 15 96, 963 15 97, Факс: 02/ 963 15 91
www.esopharm.bg