

КОНКУРЕНЦИЯ



От пролетта
можем да
сменяме
доставчика
на ток

На стр. 5

ПРИЗВАНИЕ



Представяме ви
проф. Радослав
Гайдарски, водещ
коремни хирург

На стр. 19

Actavis

Първият национален безплатен седмичник

Брой 41 (168), 10 - 16 ноември 2015 г. (год. IV)

ЖИВОТЪТ ДНЕС

www.jivotatdnes.bg

Разпространява се
безплатно

Снимка Росен ВЕРГИЛОВ

Д-р Петър Велев,
управител на „Екофарм“:

България произвежда
10 на сто
от лекарствата
на Европа

Интервю на Петър ГАЛЕВ на стр. 7

Европа няма
критерии
да разграничи
бежанци
от мигранти

На стр. 4

Новата
учебна
програма е
във финалния
етап на
одобрение

На стр. 8

Масово ядем
вносно месо,
не само
в колбасите

На стр. 9

Изборите
в Турция
поставиха
още въпроси
пред
Евросъюза

На стр. 10

Вижте на новия сайт
www.jivotatdnes.bg



След като бетоновите
блокове се дърпат,
малки сгради започнаха
да се санират



credoweb™

На стр. 20-21

Стоичков готви грандиозно
шоу на Националния стадион
„Васил Левски“ –
„50 години номер 8“

На стр. 32



В аптеките

Алфалипоева киселина
60 капсули
α-Lipo max

Доказан ефект при:

- Диабетна полиневропатия
- Добавените витамини от групата B /1, 6,12 и фолиева киселина/ допълнително подпомагат състоянието при невропатия и облекчават болката

Повече информация може да откриете на страницата ни в



credoweb™
HEALTH EXPERTS

Във връзка със Световния ден за борба с диабета от 9.11 до 14.11. можете да намерите „Алфалипомакс“ на промоционална цена в някои аптеки - виж стр.22

„Екофарм“ стана на 15 години

Фармацевтичната компания се утвърди сред лекарите и пациентите с качествените медикаменти и хранителни добавки, които отговарят на най-високите световни стандарти.

На тържеството на „Екофарм“ в столичния военен клуб дойдоха партньори, приятели, колеги.

15 години по-късно основателите на компанията са още заедно: финансистът Емил Иванов, д-р Нели Цолова, д-р Петър Велев, д-р Катя Генова и адв. Даниела Ангелова. С много емоция бяха посрещнати изпълненията на Веселин Маринов - дългогодишен приятел на „Екофарм“.



Fibank и фондация „Димитър Бербаков“ с благотворителен календар в подкрепа на талантивите деца

Календарът вече се предлага в офисите на банката в страната. Той ще може да бъде закупен на цена от 10 лева. Fibank (Първа инвестиционна банка) ще удвои събраните от продажбите средства и ще ги дари на фондация „Димитър Бербаков“, за да бъдат използвани под формата на стипендии за талантиви деца с цел подпомагане на тяхното бъдещо развитие.

Един от социалните проекти на банката - ежегодно да създава благотворителен календар, като подпомага различни каузи - тази година е посветен на талантивите български деца. На страниците на календара са поместени някои от най-да-



Fibank
Моята банка

Информация за каузите и календара на: www.fibank.bg ☎ +359 2 285 12 34

ровитите деца от фондация „Димитър Бербаков“, изяви- вили се в областите спорт,

математика, физика, изкуство, балет и други. Талантите Крисия, Хасан и Ибрахим, които представиха България достойно на миналогодишната Евровизия, заемайки 2-ро място, Габриела Йорданова, която тази година ще представи България на детския песенен конкурс, както и още полуфиналисти и финалисти от националната селекция, са участници в 12-листния стенен календар, отпечатан в лимитиран тираж.

Корицата е запазена за обща снимка на талантивите деца с Димитър Бербаков.

GS1 България участва в регионален форум на „GS1 Европа“



В Лисабон се проведе ежегодната среща на „GS1 Европа“. В продължение на 5 дни производители и търговци на дребно споделяха своята визия и вътрешната си нагласа към постоянно увеличаващите се нужди и изисквания на потребителя от XXI век.

Дигитализацията променя начина на живот на потребителите и техните навици на пазаруване. Това влияе върху „момента на истината“ - критичната точка, когато купувачът прави своя избор. Съвременният потребител търси информация за продуктите от различни източници и платформи. Данните, които очаква да намери, трябва да са лесно достъпни, коректни и подробни. Това е причината, която поставя във фокуса на форума разглеждането на дейности, които добавят стойност във веригата за доставка на бъдещето. Усилията на организацията са в посока да се гарантира, че потребителят ще получи желаното навреме и използването

на системата от стандарти GS1 ще допринесе за изпълнение на изискванията както на потребителите, така и на фирмите.

За собствениците на търговски марки, търговците на дребно и всички участници във веригата се превърна в основна необходимост да бъдат иновативни, отзивчиви и готови за промяна. Именно те ще представят тенденциите в промяната на поведението на потребителите и как те реагират на тази промяна.

Регионалният форум дава възможност на представителите от 45-те европейски GS1 организации да споделят опит и най-добри практики от приложението на стандартите GS1 в основните направления.

България участва с делегация, водена от Цветан Симеонов, председател на БТПП и председател на Бюрото на GS1 България, която включва членове на Бюрото и експерти от GS1 България.

В епицентъра на медиите

Политическата карта на България след местните избори е променена, защото този път победата на ГЕРБ е впечатляваща. Същата партия ГЕРБ, на която не ѝ достигна гласове, за да направи самостоятелно мнозинство в парламента преди година, сега взе 21 от 27-те кметски места в областните градове. Такава политическа победа досега не са имали нито СДС, нито БСП в последните 25 г. И това може да се дължи на факта, че изборната машина на ГЕРБ е работила перфектно. Но може да се дължи и на факта, че след първата година в управлението избирателите днес дават висока оценка на ГЕРБ, отколкото преди година на парламентарните избори.

Редакционен коментар, 24 часа

Основната причина БСП да агонизира и да е в будна кома не е в това, че там търпяха един слаб лидер да загуби повече от 10 избори поред. Не е и в сегашния абсолютно off-line, демодирани, говорещ и мислещ диалектно, провинциално, регионално, а не национално, с извинение, лидер. Много неща в БСП са поводи за предизвестената ѝ смърт, но не и определящи причини.

Николай Слатински, Фейсбук

По отношение на представянето на ГЕРБ не останаха вече синоними, с които да се анализират победите им. Едно е сигурно: май си намерихме майстора. ГЕРБ в момента е нещо като партия на цяло едно поколение. Партия по дефиниция, без замисляне, като фон.

Истина е, че ГЕРБ побеждава, но е истина също, че кметският им вот дава повече самочувствие от заслуженото. Вотът им за общински съвети показва, че и тази партия не е застрахована срещу износ-

ИЗБОРИ 2015

Равносметката

ване. Като всяка друга.

Симеон Първанов, „Труд“

Изводът от този местен вот е голяма преднина на ГЕРБ и това се потвърди и от втория тур. ГЕРБ наистина успява да се наложи в повечето големи градове категорично над своите опоненти. Това освен всичко друго е и голяма отговорност пред тях, защото оттук насетне концентрацията на местна власт е в техните ръце и заедно с централната власт ще ги изправи пред много повече претенции от страна на избирателите и на бизнеса. Това ще им остави по-малко поле за маневри, отколкото имаха досега.

Борис Попиванов, „Монитор“

Безапелационната победа на ГЕРБ на местните избори беше абсолютно очаквана. Но не защото ГЕРБ е толкова електорално силна - от данните се вижда, че резултатът е сходен с този от парламентарните избори. А поради няколко фактора - първо, БСП в момента е ужасно слаба. Левицата просто нямаше централна кампания. Само там, където тя имаше жизнеспособни организации по места, имаше реална кампания, и то въпреки централата.

Живко Георгиев, „Стандарт“

Дали доминиращата роля на ГЕРБ носи реална опасност от авторитарна концентрация на власт? Евгений Дайнов вече написа, че сме с единия крак в авторитаризма. Сега трябва да видим колко крака има политичес-

ката ни общност - ако е по-скоро като стоножката, опасността не е голяма. Ако е четиринога - като магарето например, редно е да се замислим. Но извън шегата разположението на силите в общинските съвети е фактор, който модерира доминацията на ГЕРБ.

Даниел Смилов, „Сега“

Ако търсим изобщо утеха, можем да я съзрем, първо, в солидното присъствие на БСП в общинските съвети и безапелационното запазване на позицията на втора (засега!) политическа сила, но и главно в огромния потенциал за истинското ляво на неизлезлите да гласуват, на огорчените от мизерията и липсата на държава граждани, на онези, които очакват от доста време ясното послание за действителна промяна и по-голяма справедливост.

Николай Коев, „Дума“

Важното е друго - че като в детска игра някой пак се подигра с европейска България, хаквайки, ей така, между другото, само за предупреждение, арогантно, подло и нагло всичките най-важни сайтове в държавата! Важното е да се разбере кой е този, Кои са тези, които се изгавриха с Майката държава, която е доайен в Европа и зад която стоят повече от 1300 години история, поне седем разгромни победи над поне пет именити византийски императори (разбирай на Източната Римска империя, ако някой е забравил!), и с която са се съобразявали най-могъщите европейски владетели!

Валентин Стоев, actualno.com

Три фактора са причината за тоталната победа на ГЕРБ и на местните избори - доброто управление на еврофондовете от кметовете, сериозната партийна дисциплина и организация и помощта на опонентите.

Боряна Димитрова, БНТ

Едно е сигурно - шоуту в управляващата коалиция ще продължи. За кеф на сеирджиите, но без полза за никого. Заради епохалния успех на Реформаторския блок в Плевен заслужава да се отвори специален кът в Плевенската панорама. Там гостите на града ще могат да разглеждат бюлетини от победата, част от свещените урни, химикалки от избирателни секции, плакати и манекени на спартанските воители в естествен ръст. А след време ученици ще правят възстановка на изборния успех. Какво ли още ни чака...

Милен Ганев, fakti.bg

БСП е много зле, казват социолози и политолози.

Това е много добре, казвам аз.

Защото винаги, когато БСП е била добре, България е била зле и обратното. Поне за последните 26 години. Тази партия трябва да умре, за да може страната ни да живее нормално. Нямам предвид някой физически да умира, както те веднага ще ме разберат, защото не могат другояче.

БСП трябва да умре като организация, като апарат, като политика, като идеология (доколкото има такава), като тактика и говорене. (Не пиша „стратегия“, защото такава не се забелязва.) И май натам вървят нещата.

Веселин Желев, clubz.bg

ПОСОКИ

Улицонерска



Петър ГАЛЕВ

Той е строен, стабилен, сериозен, отзивчив, любезен към гражданите и безкомпромисен към всякакви нарушения. Изобщо символ на сигурността на улицата, на всякакви обществени места и у дома. Това е най-общо образът на полица, който ден и нощ бди над спокойствието ни и съответно заслужава уважение, висока заплата и всякакви социални придобивки, за да не мисли за друго освен за работата си. Нека да сравним накратко описания идеален образ с това, което ни предлага реалността в държавата. Ще кажете, че иронията е неуместна. И ще сте прави. Представям си как ме заливат разкази за немарливост, незаинтересованост, грубост, приятелства с кварталните и с по-едрите мошеници, корупция, „и какво ще правим сега“... Тъжна картинка. И доста безизходна - къде сме тръгнали да си подреждаме страната, след като основният инструмент за създаване и поддържане на ред е ръждясал, скръца и направо не работи. Колко души от многохилядната полицейска армия са такива, че да им кажеш едно искрено „благодаря“? Има, ама са много, много, критично малко. По-неприятното е, че вече се превръща в традиция отпорът към каквито и да е реформи в които и да е държавно финансиран сектор. „Оправяйте държавата, ама нас не ни пипайте“, това е модерният лозунг не само на полицията. И не ни гледайте резултатите, гледайте какво на книга пише, че трябва да правим, и ни плащайте добре за това! Май започвам да съжалявам защо не станах милиционер, както обявях в детството си. Още повече - мога да напиша без няколко грешки улица „Хан Кубрат“...

СТОП КАДЪР



Полиците са на „ти“ с протестите и от двете страни на барикадата...



Успя ли Европа да разграничи бежанците от икономическите имигранти



Светла Енчева, Център за изследване на демокрация

Трябват ясни критерии, отличаващи двете групи

Европа не успява да разграничи бежанците от икономическите имигранти. В момента говорим за онези, които заслужават убежище заради това, че бягат от война. Хората, които гладуват, са повече от онези, които са жертви на война, и те също търсят по-добър живот и имат право да правят това. Ние помним 90-а година, когато над 1 милион българи емигрираха. Те не умираха от глад, но търсеха по-добър живот. Икономическите имигранти са хора, които са отишли да работят ня-

къде легално или нелегално. И като се замислите, ще видите, че имате познати или приятели, които са отишли някъде, за да работят и да подобрят стандарта си. Затова в някакво отношение разграничението между политически бежанци и икономически имигранти е измамно. От друга страна, самият Европейски съюз няма ясни критерии как да разграничава тези две групи, отделен е въпросът дали смятам, че това е нужно. Да, голяма маса от хора заляха Германия, но в тази държава

дори всички бежанци по света да отидат, на германците пак ще им е по-широко, отколкото на хората в Холандия. Масово е струпването на бежанците на континента, без да има изработени политики и принципно, когато се приемат бежанци, те се приемат по определени критерии. А критериите, които определени страни са изработили, засега не включват икономическите имигранти сред хората, които имат право да търсят убежище.



Йордан Божилов, Софийски форум по сигурността

Липсват механизми за общи решения на страните от ЕС

Първият проблем на Европа е, че не беше готова за толкова голяма вълна от мигранти, независимо дали са бежанци или икономически. Иначе по статут те се различават и в общността се опитват да ги разделят. В Европа винаги е имало и бежанци, и икономически мигранти. Икономиките на много държави изискват да има приток на този вид хора, които да се вливат на пазара на труда. Проблемът е, че изведнъж се струпва много миг-

ранти, които не могат да бъдат проучени или интегрирани, за да бъдат включени в този пазар на труда. Тези хора минават, пресичайки много граници. Това създава хаос и напрежение. Сложен е въпросът как да се раздели кои са бежанци и кои са икономически имигранти. Например в Афганистан се водят военни действия, постоянно има напрежение между талибани и правителство. Към коя група ще ги причислим?! Принципно бе-

жанската криза показва няколко неща - че въпроси, които се смятаха за решени в ЕС, сега излизат като проблемни. Това са въпросите за единството между държавите, солидарността. Оказа се, че Европа няма механизми да взема решения на общностно ниво при такива комплексни кризи. И държавите тръгнаха да търсят решение самостоятелно, а не в рамките на съюза, което в дългосрочен аспект може да бъде пагубно за ЕС.



Христо Христов, Юридически факултет на СУ „Св. Климент Охридски“

Водената до момента политика не дава резултати

При всички случаи лицата, които бягат от война или от опасност за живота си, са в едната хипотеза. Тези лица, които се опитват да използват създалата се ситуация и търсят икономически по-добри условия за живот, са в друга хипотеза. Практическото им разграничаване отвъд правните норми не е толкова лесно, защото имаме големи потоци от хора, които, попадайки на външна граница на държава членка, се намират в хипотеза да бягат от въоръжен конфликт. Без да бъде извършено подробно изследване на хипотезата, в която дадено лице се на-

мира, без да бъдат преценени едни или други доказателства, свидетелски показания или елементи, които позволяват окончателна преценка, не можем да отсеем кой е бежанец и кой е икономически имигрант. След извършването на съответните действия от компетентните органи в някакъв етап това може да бъде преценено. Проблемът е, че в този порядък от време всичките лица влизат и пребивават в дадена държава членка. Проблемът е, че към настоящия етап това вече е един изключително голям за мащабите на ЕС поток от хора. Отвъд чисто правната страна на

въпроса ние сме поставени пред един много по-сериозен въпрос - доколко политиката на ЕС по отношение на убежището и миграцията е адекватна. Очевидно ситуацията, пред която сме изправени през последните месеци, и това, че по последни данни близо 800 000 души са влезли на територията на ЕС, показват, че такава, каквато е разчетена и водена до момента, тази политика, не дава необходимите и желаните резултати.

От април сами ще избираме доставчик на ток

Петя ДИМИТРОВА

Либерализираният пазар на електроенергия ще започне да действа още на 1 януари догодина, но битови потребители ще могат да купуват ток от свободния пазар след края на март, тъй като за тях ще има тримесечен преходен период, обявиха от Министерството на енергетиката.

Промените са значителни, засягат всички участници на пазара и през втората половина на ноември ще стартира информационна кампания, договориха се представители на енергийното ведомство, Комисията за енергийно и водно регулиране (КЕВР), Българският енергиен холдинг, Българската независима енергийна борса, Електроенергийният системен оператор и електроразпределителните дружества. Съвместни екипи от тези организации ще проведат поредица от срещи в областните центрове в страната, за да разяснят на потребителите предимствата на свободния пазар, етапите, през които ще премине процесът, начините за смяна на доставчик.

По модел на Световната банка

„Целта е в максимална степен да информираме потребителите за процеса по преминаване към пълна либерализация на електроенергийния пазар - посочи министърът на енергетиката Теме-
нужка Петкова. - Освобождаването на па-

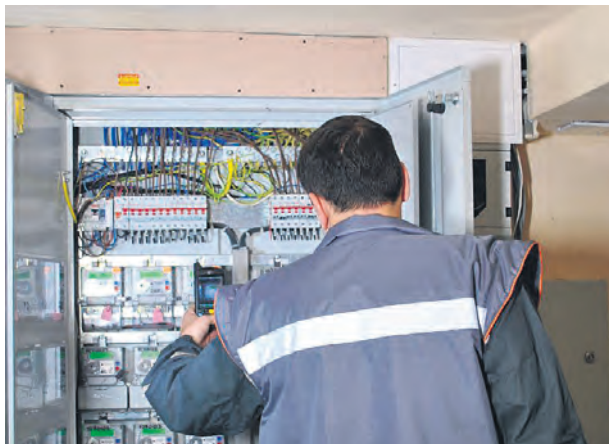
зара трябва да се случи постепенно, каквато е и препоръката на Световната банка.“

Българският енергиен холдинг сключи договор с международната финансова институция, която ще предложи най-подходящия за страната ни модел на либерализация. Междинен доклад по тази задача се очаква през втората половина на ноември.

„Българската независима енергийна борса“ (дружеството, лицензирано за борсов оператор) е готова за старта на свободния пазар, потвърди изпълнителният директор на компанията Константин Константинов. По думите му предстои единствено актуализация на някои вътрешни документи, след като КЕВР утвърди правилата за търговия.

Ще се стимулира конкуренцията

„Правилата за търговия са най-важният ни ангажимент, свързан с началото на либерализирания пазар“, потвърди председателят на КЕВР Иван Иванов. На 5 ноември изтече двуседмичният срок след



общественото обсъждане, в който всеки от ангажираните в процеса можеше да изрази становище по представените предложения. Шест дни след това регулаторът ще утвърди документа. Правилата за смяна на доставчик ще бъдат максимално облекчени, особено за битовите потребители. По-малко ограничения към участниците на пазара ще стимулират конкуренцията, увериха от КЕВР.

„Възможността битовите потребители да могат да купуват електроенергия на свободния пазар е положително събитие и аз го приветствам. Достъп до крайния потребител ще имат и други търговци освен монополистите и това би могло при равни други условия да доведе до намаляване на цената на електроенергията. Очакванията ми са това намаляване да не е съществено. Основната

причина е, че много малко от потребителите, поне в един първоначален етап, ще могат да прогнозираят потреблението на електроенергия и разпределението ѝ по часове. В по-дългосрочен план, когато българският потребител се научи да прогнозира и управлява потреблението си във времето, може да се постигне икономия на електроенергия и на брутната сума, похарчена за нея. При всички случаи обаче смятам, че свободният пазар е положителна тенденция“, коментира инж. Димитър Белелиев, председател на борда на директорите на най-голямата енергоремонтна компания в България.

По-ниска цена на еленергията

Преди няколко години се коментираше доколко излизането на битовия консуматор на ток и малкия бизнес на свободния

пазар ще е изгодно. Ситуацията обаче се промени и очакванията са, че при либерализацията потребителите ще получат по-ниска цена на електроенергията. Средните цени на тока в Европа се движат около 35 евро за мегаватчас и прогнозите са в близките години това ниво да се задържи. За сравнение цената на енергията на регулирания пазар от 1 октомври е 125 лв. за мегаватчас - близо два пъти по-скъпо (в България тя включва и разходите за зелена енергия, докато в повечето други страни те са отделни пера) и ще продължи да нараства.

Експертите са категорични, че независимо откъде се купува токът, мрежовите разходи остават такива, каквито ги е определила КЕВР - за да достигне до дома или офиса на потребителя, той трябва да ползва услугите на съответното електроразпределително дружество.

Как се излиза на пазара

Досега една от пречките пред либерализацията беше, че електромерите не засичат почасово, каквито са

изискванията на свободния пазар, а електроенергията има различна цена за всеки час от денонощието. Изготвянето на стандартизирани графици от енергодружествата по групи потребители обаче ще е достатъчно, тъй като те имат приблизително еднакво потребление, уверяват от КЕВР.

Според търговци на електроенергия ще трябва да се изготви специална методика за стандартизирани профили към правилата за търговия с електроенергия, каквато е практиката и в други страни.

За да може даден клиент да се възползва от свободния пазар на ток, има няколко административни стъпки. Пътят за излизане минава през регистрация на свободния пазар и включване в балансираща група. Домакинствата ще могат да използват търговците на електроенергия, но е възможно самите снабдителни дружества да започнат да предлагат такава услуга на малките си клиенти. Търговецът, с който се сключва договор, ще изготвя и подава почасовите графици и прогнозните данни за потреблението на клиента.

Какво предвижда процедурата

Седем са възможните варианти, предвидени при смяна на доставчика на електрическа енергия. Те са свързани със смяна на крайния снабдител с доставчик на либерализирания пазар, както и в случаите, когато се променя принадлежността към балансираща група.

Промяна настъпва, когато е депозирано искане за смяна на доставчик. Операторът на електроразпределителната мрежа регистрира смяната само след представяне от клиента на удостоверение за липса на задължения към последния му доставчик или споразумение за разсрочено плащане. Мрежовият оператор извършва служебно смяна на настоящия доставчик, като уведомява потребителя, стария координатор и съответния доставчик.

В случаите, когато има неплатени задължения от страна на клиента, старият доставчик има право да поиска временно прекъсване на преноса на електрическа енергия. Мрежовият оператор трябва да уведоми новия доставчик, но не по-късно от два работни дни преди датата на прекъсването. Временното преустановяване на преноса на електрическа енергия обаче няма да може да се извършва в почивен или празничен ден, както и в деня, който го предшества.

Едно от условията да се извърши първата смяна на доставчик на електрическа енергия и координатор на балансираща група е операторът

на електроразпределителната мрежа да изиска служебно удостоверение за липса на задължения от последния му доставчик.

Искането ще се предоставя при оператора на електроразпределителната мрежа до 10-о число на месеца, предхождащ този, за който се иска смяната, а при независимия преносен оператор - до 15-о число на месеца, за който се иска промяната.

Смяната на координатор на балансираща група и/или доставчик на електрическа енергия влиза в сила винаги към първо число на месеца.

Във връзка с процедурата по смяна на доставчика важен елемент е изготвянето на стандартизираните товарови профили на потребителите. Те ще се правят от операторите на електроразпределителните мрежи и ще бъдат одобрявани от енергийния регулатор. На базата на тези товарови профили ще се изчислява почасовото потребление на клиентите, тъй като на този етап повечето домакинства в страната имат двутарифни електромери, които отчитат само дневна и нощна тарифа, а не почасовото потребление.

За доставчиците на електроенергия е важно да знаят какво е потреблението, за да могат да направят своя възможно най-точен план на доставките - съответно да избегнат по-високата цена за балансиране в пиковите часове на потреблението.

Модерна медицинска апаратура

София
кв. Студентски град
ул. „Проф. Александър Фол“ 2, вх.Б, ет.1 (до зала Хр. Ботев)
тел.: 02/445 66 66, факс: 02/445 66 69, мобилен: 0882 140 666
e-mail: medc@sofia.fihealth.bg

Пловдив
бул. „България“ 4, ет.1
тел.: 032/307 666, факс: 032/307 669, мобилен: 0882 310 666
e-mail: medc@plovdiv.fihealth.bg

www.fihealth.bg

Изоставяме спорец Световната банка заради влошени икономически показатели

България заема 38-о място - между Румъния и Мексико - в класацията „Правене на бизнес - 2016“ на Световната банка и Международната финансова корпорация. В 13-ия пореден годишен доклад на организациите страната ни изпада с две позиции (от 36-о място) в сравнение с миналата година. Като причина са посочени влошените икономически показатели от гледна точка на трудности при регистрация на имот, при стартиране на бизнес и при вземането на кредит. Негативно на бизнес климата у нас се отразява

и липсата на ефективни механизми за защита на инвестициите.

Глобалният доклад включва 189 страни - от Зимбабве до Афганистан. Според авторите на класацията най-лесно можеш да създадеш и да развиваш бизнес в Сингапур, следван от Нова Зеландия, Дания, Южна Корея, Китай и Великобритания. Челната десетка се допълва от САЩ, Швеция, Норвегия и Финландия. На дъното на листата са Судан, Либия и Еритрея.

Най-високо от балканските държави се нарежда Македония, която заема 12-о място. Едно място преди

нас е Румъния. Хърватия е на 40-а позиция, Сърбия е на 59-а, а Гърция изпада на 60-а (от 58-о място през миналата година).

Експертите от Световната банка и Международната финансова корпорация изследват както нормите за регулация в дадена икономика, които подпомагат или пречат на бизнеса, така и условията за създаване на предприятие. Важни елементи в оценката са и възможностите за осъществяване на външнотърговска дейност, плащане на данъците и нивото на защита на правата на вложителите.

България е посочена като пример по отношение на качествения контрол преди начало на строеж. В 13 от разгледаните 189 държави, сред които и нашата, се изисква планове за строеж на дадена сграда да бъдат разгледани както от правителствена агенция, така и от независими експерти, посочва докладът.

Освен България в тази графа влизат Австралия, Босна и Херцеговина, Франция, Германия, ЮАР, Китай, Латвия, Ливан, Малдивите, Черна гора, Сърбия, Сингапур и Испания.



Явор АЛЕКСИЕВ, икономист от Института за пазарна икономика

- Препокриват ли се някои заключения на Световната банка с Вашите наблюдения, г-н Алексиев? Какво е състоянието на икономиката от гледна точка на привличане на чуждия бизнес?

- Това, което можем да кажем за 2015 година, е, че се виждат известни стъпки на подобрение. На първо място в страната има някаква политическа стабилност, което е важно от гледна точка на предвидимостта на инвестициите. Особено когато става дума за по-дългосрочни инвестиции, от които ние имаме нужда като държава. Наблюдаваме и постепенно възстановяване на пазара на труда - през второто тримесечие на 2015 година броят на заетите в България надхвърли 3 000 000 души, което се случва за първи път от 2010 година насам.

- Кои сектори имат потенциал за развитие от гледна точка на инвестициите?

- Може би звучи като мантра, но това са бързоразвиващите се сектори, свързани с информационните технологии, с аутсорсинга най-вече на

комуникационни и информационни услуги. Именно в тези направления виждаме все повече заявки, че България може да се превърне в значителен фактор не само на Балканския полуостров, но и в Централна и Източна Европа като цяло. Имаме напредък и в преработващата промишленост. Индустриална зона „Тракия“ в Пловдив успя да привлече много инвестиции. Има интерес за големи вложения и в Югозападна България, най-вече в автомобилния сектор, но за момента те още не са се случили. От гледна точка на промишлеността през последните няколко години България успява да се утвърди като част от тези така наречени вериги на добавената стойност, вериги на търговия. У нас се произвеждат всякакви компоненти, включително за автомобилния сектор. Ето защо тези отрасли имат потенциал за развитие в България. Добрите перспективи се виждат и от данните за износа, който в момента е един от основните двигатели на икономиката. Като положителни фактори за привличането на чуждестранни инвестиции се оценяват сравнително ниските разходи за бази и производствени нужди, както и за заплати. Наблюдава се на-

Политическата стабилност е един от фундаментите за привличане на инвестиции

растване на инвестициите в отраслите с висока капиталова интензивност и тези, свързани с иновации.

- Въпреки добрите новини за някои сектори и региони не става ли всичко на парче? Струва ми се, че се наблюдава липса на целенасочена държавна политика за привличане на инвестиции. Задълбочава ли се пропастта между големите градове и по-малките населени места?

- На този етап инвестициите от чужбина, от които най-вече имаме нужда, не се случват в тези мащаби, които наистина могат да помогнат за цялостното подобряване на икономиката, за намаляването на безработицата и за повишаването на стандарта на живот. Задълбочава се икономическата пропасть между София и останалата част на страната, между Северна и Южна България. Който и индикатор да разгледаме, това се вижда ясно. Не става въпрос дори само за разлика в доходите и в заетостта, а и в елементите на социална среда - като качество на образованието, достъп до здравни услуги, до култура. Все повече се отваря тази ножица и това е вследствие не само от неправилната регионална политика, която се води на доста места в страната, но и на естествените демографски процеси. Инвестициите се насочват там, където има образовани хора в трудоспособна възраст и инфраструктура.

В крайна сметка това, което виждаме в България

през последните десетилетия, е възрастово и териториално преразпределение на хората в страната, така че то отразява реално икономическата ситуация. А не както едно време хората са били заселвани нарочно на някои места. Концепцията за развитие на градовете по времето на социализма се виждаше ясно в един град като Габрово, където няма достатъчно терен и земя да поддържа индустрия, която да осигурява работа на 100 000 души. И в момента шумно прокламираната регионална политика за намаляване на различията не работи. Докато заетостта в Южна България постепенно започна да се възстановява през последните години, ситуацията в по-голямата част от Северна България остана тежка. Коефициентът на заетост в седем от областите на север от Стара планина все още не успява да прехвърли критичните 40%.

- Можете ли да очертаете най-големите проблеми от гледна точка на инвестициите в туризма?

- При планинските курорти един от най-големите проблеми е изграждането на съпътстваща инфраструктура. Пример за това е Банско, който въпреки бурното строителство на хотели все още няма достатъчно добре развита инфраструктура. Искам да отбележа, че е доста тънка границата между призивите за опазване на природата и същевременно изграждане на необходими за развитието на туризма съоръжения. Идеята е регионите

максимално да се възползват от природните дадености и ресурси, така че да постигнат повече развитие на бизнеса, по-висока заетост и по-високи доходи съобразно с правилата за опазване на околната среда.

По отношение на черноморските курорти проблемите са доста комплексни. Инвестициите преди кризата са фундаментът на презастрояването на много места по морето. Проблемът е, че голяма част от тези инвестиции бяха нерентабилни. Много от хотелите не запълват дори 30% от капацитета си и фактически не изпълняват кой знае какви туристически нужди. Има все пак някакъв напредък с изграждането на пречиствателни станции по морето, с което се надяваме, че ще се подобри състоянието на околната среда и съответно това ще се отрази благоприятно на условията за отдих. Трябва да се отбележи, че въпреки кризата, която преживява Гърция, тя остава силен играч в сектора на туризма на Балканите. Докато южната ни съседка през последните три-четири години преживя вътрешна девалвация - поевтиняване на стоките и услугите и съответно падане размера на заплатите (което означава поевтин отход за туристите), у нас туристическите услуги поскъпнаха.



Д-р Велев открива втора сграда на фармацевтичния завод „GE“ в Ботевград

Д-р Петър Велев е основател и управител на фармацевтичната компания „Екофарм“, която стана на 15 години. Заедно с австрийска компания е собственик на фармацевтичен завод в Ботевград, който работи за над 40 държави в Европа. Създател е на Хелт медия и издател на в. „Животът днес“. Завършил е медицина в София, започва работа като лекар в Радомир. След това е асистент в Медицинската академия в София. Две години работи в Университетската болница в Хановер – Германия, където участва в научни изследвания в областта на гастроентерологията. През 1994 г. се насочва към фармацевтичния бизнес, започва като продуктов мениджър. През 2000 г. създава „Екофарм“, която управлява и до днес.

Д-р Велев, историята на „Екофарм“ изглежда като сбъдната „Американска мечта“, но на наша територия, наистина ли в България може да успее бял бизнес?

- Приемам развитието на създадената от мен компания, а и на цялата група от фирми, свързани с „Екофарм“, като доказателство за възможността систематичните усилия и нестандартният подход да доведат до отличен резултат. През 2000 г. започнахме петима души. Преди това аз бях висш служител в една немска компания, която ми продаде бизнеса, защото реши да се оттегли от България. Работата с германците ми донесе изключителни познания по маркетинг, комуникация и организация на различни видове процеси. Успях да привлека екип от съмишленици въпреки скептицизма на околните. Предричаха ни фалит до една година... В началото работехме като маркетингова и дистрибуторска структура на големи други компании. С годините напълно променихме модела и мащаба, защото никога не се задоволихме с постигнатото, колкото и успешно да бе то. С днешна дата над 90 на сто от продуктите, които предлагаме, са с бранд на „Екофарм“, т.е. те са наша интелектуална собственост. Това е изключително важно, защото гарантира дългосрочна перспектива за стабилност и за развитие. За мен не е клише, че най-големият капитал на компанията са хората на ключови позиции в нея. Основните ни мениджъри

са от самото начало, това са хора с характер, които всекидневно доказват, че една българска компания може успешно да се състезава със световните гиганти.

- В кои моменти Ви беше най-трудно и кога усетихте, че проектът е успешен?

- Постоянното предизвикателство е интелектуално – да преодолееш вътрешните си граници, налагащите ни със столетия балкански комплекс, да убедиш екипа си, да покажеш самочувствие за пробив по света. В областта на фармацията отдавна работим не само за водещите европейски държави, а и за много други. Сега правим европейска премиера и с най-новия ни продукт, който е в областта на съвременните комуникации – социалната мрежа за здраве CredoWeb. След успешния старт в България вече сме в Австрия и юридически подготвяме - чрез защитаването на патенти – много по-глобално разпространение. А ако трябва да говоря за обективните трудности тук пред бизнеса, те са широко известни, като се започне от непредвидимата среда и честата промяна на регулаторните рамки.

- Имате ли аргументи срещу традиционното ни национално черногледство?

- Областта, в която работя, е сред най-ярките доказателства за това, че България може да е равностоен партньор на най-големите в бранша. За съжаление не е широко известен фактът, че 10 на сто от лекарствените опаковки, които се разпространяват и употребяват в Европа, са

Не можеш да оцелееш, ако постоянно не се развиваш

● С д-р Петър Велев разговаря Петър Галев

произведени в България. Можете ли да си представите какво означава това, при условие че ние нито като територия, нито като население сме една десета от Европа?

- На какво се дължи тази висока конкурентоспособност в сравнение с производеното в много от другите ни отрасли?

- Безспорно дълги години фармацията в България е била развивана като един приоритетен отрасъл, създадени са добри традиции, възпитани са поколения специалисти. Но решаващо значение имат сериозните инвестиции, които бяха направени през последните 25 години. Вложените огромни средства бяха насочени към покриване на световните стандарти във фармацевтичното производство. Сериозни инвестиции бяха направени и в човешкия фактор, не говорим само за техническо и лабораторно оборудване. В България присъстват всички водещи световни компании, чиито критерии за подбор и професионални качества на персонала много силно повлияха и на българските производители. И не на последно място поставям изключителната конкуренция в сегмента фармация. Бизнес съревнованието е изключително силен стимул за качество и развитие. Не можеш да оцелееш в нашия бранш, ако постоянно не се развиваш и не търсиш нестандартни решения.

- Кризата не повлия ли и на този бранш?

- Още древните източни мъдrecи са казали, че една криза винаги трябва да бъде разглеждана и като отваряне на нови възможности. До голяма степен сътресението е очистително – всички измислени играчи от прехода нямат шанс да оцелеят в една изключително сложна икономическа среда. За това се изисква сериозна подготовка, каквато много от мениджърите на „стария завет“ и „назначените капиталисти“ нямат. Това е и причината голяма част от бизнес моделите и практиките у нас да се променят и това е хубаво. Вече в България се връщат млади хора, завършили в Западна Европа и САЩ, те имат съвсем друг подход, създават друг климат, не са обременени от идеологизми, не са

обвързани със структурите от тоталитаризма. Ако трябва да говоря конкретно за „Екофарм“, ние сме устойчиви в криза, защото от самото начало се налага да водим различни битки и го правим успешно.

- Каква е причината постоянно да има недоволство от пациентите по отношение на достъпа до лекарства, нали сме производители?

Сега правим европейска премиера и с най-новия ни продукт, който е в областта на съвременните комуникации - социалната мрежа за здраве CredoWeb

- Субективната причина е в това, че всеки иска повече, независимо от реалностите. Дори в богатите държави хората рядко са доволни, а какво да кажем за нашата ситуация... А обективно – с отделияните около 4 на сто от брутният вътрешен продукт за здравеопазване пациентите най-често трябва да заплащат 75 на сто от предписаните им лекарства. Със сигурност тук държавата е длъжник на хората. Но нека да не забравяме, че ние сме страна, която два пъти фалира през последните 25 години и това оказва влияние и до днес. Единият път загубихме 40 на сто от БВП и възстановихме предишното ниво едва преди 2-3 години. Още се отърсваме от играчите, които смятаха, че ще владеят страната ни вечно. Институциите имат да извървят дълъг път, за да стигнат до електронно правителство и електронно здравеопазване. Това е начинът за много по-прозрачно и ефективно управление на недостатъчния ресурс. В крайна сметка обстоятелствата ще ни принудят да се променим според успешните модели, които са установени по света.

- Не Ви ли липсва клиничната медицина, имате успешен старт като лекар и тук, и в Германия?

- Моят случай не е изключе-

ние. Аз съм учил да бъда лекар и обичах професията си, развивах се и в научната област, имах добри резултати. Но връщайки се в България след почти две години клинична работа в Германия, видях, че реалностите в медицинската среда не бяха благоприятни един млад лекар да върви напред благодарение само на способностите си. Страшно много условности и субективни фактори тласкаха много колеги просто по течението. Това не беше за мен. Тогава реших да се захвана с дейност, която има връзка с образованието ми, но е със съвсем други мащаби. Не съжалявам, в тези решения има и някаква съдба. Това, което правя днес, задоволява и професионалните, и интелектуалните ми потребности. Бизнесът изисква съвсем различна динамика, отговорността за съдбата на много хора в компанията е различен тип отговорност от тази към пациента в клиничната медицина. Разбира се, до днес се възхищавам на колегите от клиниките, на красивата страна в лекарската професия.

- Разбирам, че в момента най-много Ви вълнува новият Ви проект за онлайн комуникация в здравеопазването, какви са резултатите до момента?

- Социалната мрежа за здраве CredoWeb безспорно е много голямо предизвикателство към всички в България – пациенти, пациентски организации, лекари, дентални лекари и техните професионални организации, фармацевти, институции. Това е разнообразна комуникационна среда, в която всеки може да намери отговори и да се свърже с колега или специалист. За две години скоростта, с която лекарите влязоха в платформата, надмина очакванията ни. Оптимист съм, че в рамките на следващата година - година и половина CredoWeb ще бъде основа за цялостна комуникация в сегмента на здравеопазването, в която всеки ще намери полза за себе си. Позитивно съм настроен и за бъдещето на страната ни. „Екофарм“ е само един от добрите примери. Вече има защо децата ни да остават и да се завръщат в България!

● Програмата по древна история слиза от седми в пети клас, не се знае кога ще се учи българската

Мила ХРИСТОФОРОВА

Просветното министерство хвърли в смут учители и родители, публикувайки проектите за новите учебни програми в първи и пети клас. Тъй като в тези два класа от догодина влиза в сила новият училищен закон, те ще трябва да учат по нови програми. Те обаче бяха качени на сайта на МОН, без да се поясни цялостната философия на промяната. Това е особено наложително за предмети като история, тъй като в пети клас българската история е заменена от древната без всякакво обяснение. Родители и учители са приканени да дадат становища по тези програми, но много от преподавателите заявиха, че не могат да коментират, тъй като не знаят в кой клас ще се изучава българска история и с каква цел е направена промяната.

Петокласниците вече ще учат не за създаването на българската държава, а за праистория и Античност. От пещерния човек през Египет и Месопотамия до Древния Рим и Древна Гърция – това обхваща програмата по история, която доскоро се изучаваше в седми клас. Децата от пети и шести клас досега учеха българска история, преди в седми клас да преминат на древния свят. Сега пирамидата се обръща – според експерти от Министерството на образованието и науката предметът трябва да се преподава хронологично, като се започне от древността и постепенно се стигне до новия свят. В този контекст трябвало да бъде вписана и историята на България.

Според проекта децата от пети клас трябва да усвоят първите представи за цивилизацията, за държавите и формите на държавно управление. Предвидени са специални уроци, посветени на това що е монархия, що е империя и какви са видовете власт. В програмите е предвидено време за пещерните рисунки, като обучението чрез учебник е комбинирано с такова по интернет. Учениците трябва да умеят да търсят изображения в мрежата и да правят мултимедийни презентации по зададени теми с илюстрация и текст. Децата ще трябва да познават основните божества на Древния Египет и да разграничават представите за живота след смъртта

Траки и римляни сменят хановите



в Египет и Месопотамия, е записано в програмите.

Част от учебника ще бъде и държавното устройство на Атина и Спарта, като ще се учат и методите за възпитаване на децата на двете места. Тук децата ще учат и за значението на олимпийските игри за живота на елините, като една от задачите е да направят връзка с днешните олимпийски игри. Учениците ще трябва да са в състояние да опишат и тракийските съкровища, както и да посочат паметниците на тракийското културно наследство, включени в списъка на ЮНЕСКО. По този начин ще се направи преход и към миналите събития по нашите земи.

Часовете по история са увеличени от 51 на 68, като около 25% от оценката на децата ще се образуват не от изпитване и контролни, а от работа в клас, включително по презентации и проекти.

Промени има и в програмата по литература.

Въпреки клетвите на просветния министър Тодор Танев да брани Вазов и Ботев, защото те формират чувството за национална идентичност, стихотворението на Иван Вазов „Родната реч“ отсъства от учебниците. Експертите не са посочили дали завинаги, или то просто ще се премести в някой друг клас. За сметка на това се появява Ботев, като неговото стихотворение „Хайдути“ слиза от шести в пети клас. Няма го и „Даваш ли, даваш, Балканджи Йово“, отсъства и приказката на Елин Пелин „Най-справедливият“, отпаднали са и Братя Грим. За сметка на това се появяват неизучавани досега произведения като „Грозното патенце“ на Андерсен.

За първи път експертите на МОН правят експеримента да включат в програмата фентъзи роман.

Става дума за „Похитителят на мълнии“ от Рик Риърдън, първата книга от поредицата „Пърси Джаксън и боговете на Олимп“. И по литература една пета от оценката на децата ще се формира от работата в клас и по проекти, а не само от изпитвания.

В часовете по български език от програмата изпада изучаваното досега съчинение-описание и се появява друг жанр – отговор на житейски въпрос. Авторите на новата програма са посочили, че децата трябва да могат да излагат в писмена и устна форма текст, който изразява тяхната позиция по различни житейски въпроси, като се аргументират. Те трябва да са в състояние да съставят и план на текст, както и да „умеят да изслушват събеседника и да сравняват различни гледни

точки при участие в диалог“.

Планирано е веднъж седмично да има час, посветен на повишаване на комуникативните умения на децата.

Що е бюджет пък е темата, която ще обсъждат учениците от пети клас в часовете по технологии и предприемачество. Наред с леко архаични познания за технологиите, като устройство на шевната машина, децата ще учат и как се приготвят храни чрез варене. Според програмата те трябва да умеят да приготвят супа, но не е ясно къде точно ще усвоят това умение в рамките на класната стая. Предприемаческата част на предмета включва познания за доходите и видове доходи, както и за това какви разходи има едно домакинство.

Децата трябва да направят първи стъпки и в областта на планиране на личен бюджет.

Има специален час, посветен на работа с уебкамера, както и на темата как се съхраняват и пренасят изображения на дигитален носител. Една от идеите е учениците да ползват тези умения по време на презентациите, които правят.

Всъщност новите технологии се появяват още в първи клас, като мобилният телефон също ще се превърне в своего рода буквар. Децата ще учат как да пишат sms и че това трябва да става винаги на кирилица. Ще усвояват и как се търси информация в интернет, като целта е да могат и да четат кратки текстове в мрежата. Една от задачите на началните преподаватели е първолаците да бъдат научени да търсят информация от различни видове източници.

Предвидена е и част от обучението, свързана с рекламите, като децата трябва да могат да четат подходящи и достъпни за възрастта им реклами, да описват продукт с няколко думи и да участват в ролеви игри, свързани с купко-продажби.

Специално място е отгледено и на обучението що е здравословна храна. По математика децата ще учат всички видове монети и банкноти. В часовете по музика пък ще получат основни понятия за валс и марш.

Песента, с която се представяме в Детската Евровизия 2015, звучи в училищата

Във всички училища в страната вече звучи българската песен за Детска Евровизия 2015 вместо традиционния училищен звънец.

„Цветът на надеждата“ в изпълнение на Габи и Иван ще бъде специалният поздрав към българските ученици до края на ноември. Кампанията е посветена на домакинството на България на песенния конкурс и партньори в нея са Българската национална телевизия и Министерството на образованието и науката.

Стартът на инициативата бе даден в столичното 134-то СОУ „Димчо Дебелянов“ от генералния директор на обществената медия Вяра Анкова и заместник-министъра на образованието и науката Ваня Кастрева.

„Благодарение на доброто сътрудничество с Министерството на образованието и науката в българските училища вече звучи песента, с която Габи и Иван ще представят страната ни. Така посланието за надеждата и мечтите ще стигне до всички български ученици чрез тази обща инициатива. Ежедневно се срещам с толкова млади и вдъхновяващи хора. Една част от тях ще вземат участие в



шоуто на 20 и 21 ноември. Но виждам и силното външение и очакване на още толкова много деца, които ще бъдат наша публика. Горда съм, че това домакинство се превърна в национална кауза, която ни обедини в името на това да представим България и нашите талантливи деца пред света“ – заяви Вяра Анкова.

„Поздравявам БНТ, че поеха предизвикателството да бъдат домакин на Детската Евровизия. Това показва професионализъм, отговорност и вяра в българския талант. Благодаря на обществената медия и за подаръка, който направиха на българските ученици“ – заяви Ваня Кастрева.

Още материали за реформите в образователната система ще намерите в сайта www.jivotatdnes.bg

10 - 16 НОЕМВРИ 2015

Мирослава КИРИЛОВА

В България почти не се продава прясно родно месо. Хората масово консумират дълбокозамразени мръвки, които в повечето случаи са вносни, а цената им е достатъчно ниска за джоба на средния потребител. Нашите животновъди осигуряват едва около 15-20% от месото за българската трапеза, а останалото е внос. Това съобщи за в. „Животът днес“ Ангел Йонов, изпълнителен директор на Асоциацията за развъждане на черношарената порода в България. Организацията обединява повече от 200 ферми с над 27 000 крави в страната.



85% от месото на трапезата ни е от внос

„Няма проблем месото да е охладено или замразено, ако са спазени технологиите за качество и правилно съхранение при обработката му“, категоричен е председателят на Държавната комисия по стоковите борси и тържища Владимир Иванов. По думите му в повечето случаи за потребителя няма голямо значение дали месото е родно производство, или е вносно, а е важно качеството. „За българската икономика обаче има голямо значение всеки индивидуален избор на потребителя. Купуването на месо, произведено от български животновъди, означава подпомагане на сектора. Оттам колелото се завърта с повече приходи в държавната хазна и в крайна сметка икономиката се раздвижва. Ето защо трябва да работим в посока развитие на потребителската култура“, убеден е Владимир Иванов. Той подчерта, че

потребителят може да накаже недобросъвестните производители, месопреработвачи и прекупвачи, като не купува продукцията им. „Винаги съм апелирал да купуваме месо за трапезата си от регламентирани за това места и да следим за сертификата за качество и за произхода на продукта. Ако купим месо с неясен произход, заклано в задния двор на някоя ферма или в нелегална кланица, не се знае какви болести могат да плъзнат и доколко са спазени хигиенните условия при производството, преработката, съхранението и транспортирането“, допълни събеседникът ни. Той не престава да се учудва на толерантността на българина към сивия сектор, включително и към доказано некачествени месо и месни продукти. „Въпреки репортажи за абсолютното погаване на санитарните изисквания, за разхождащи се плъхове по плотове на столична месарница на Женския пазар например потребителят не спира да купува месо от там, защото

е по-евтино. Разумното потребителско поведение и тотален отлив на клиентите от подобно място би трябвало да го накарат да фалира, но това не се случва“, обобща Владимир Иванов.

„Заразата от бруцелоза и огнищата със заразени животни, които избухнаха това лято, уплашиха само временно хората.“

Те отново обаче продължават да си търсят евтино месо без значение на произхода му. Трудно е родните производители да се борят със силната конкуренция на вносно евтино, макар и замразено месо“, заяви Мариана Пенчева от лицензиран цех за търговия на месо и колбаси във Велико Търново.

Според много фермери връзката между потребителя и производителя отдавна е скъсана, като цените се определят от прекупвачи. „От 15 години се занимавам с говедовъдство. Сега продавам над 100 крави, юници и телета. Ликвидирам стопанството си, защото нямам полза от него и непрестанно потъвам в дългове. Без подкрепа от държавата и с тези ниски изкупни цени от кланиците просто няма как да издържим“, сподели пред екипа ни Атанас Луков от Хисаря. В подобно положение е и животновъдът Иван Стоев от Пазарджик. Той предлага 80 крави за мляко за продан, но е скептичен, че ще успее да намери купувачи.

„Никой не се интересува от животновъдство, а това е един от традиционните поминъци в България. С животни са се занимавали и бабите и дядовците ми, после баща ми, а сега аз съм принуден да сложа край на всичко. Разбирате ли, на

никого не му се занимава. Дори и срещу 500 лева заплата, храна и подслон никой не иска да е кравар например, защото било неблагодарна работа“, каза Иван Стоев. Той призна, че ако не успее да продаде на добра цена кравите за производство на мляко, ще се обърне към кланица. „Все пак идва сезонът на лунките“, смее се фермерът.

„Знаете ли кое е най-тъжното? Веднъж отказали се, тези хора никога повече няма да се занимават с животновъдство и така секторът се обрича на гибел“, констатира Ангел Йонов. Според него

стотици фермери са докарани на ръба на оцеляването,

защото продават продукцията си на безценица. „Друг е въпросът, че непрестанно се редуцират лицензираните кланици заради високите изисквания. Фермери от Бургаско например са принудени да дават животните си за клане в Сливен или Нова Загора, където са най-близките кланици за едър рогат добитък.“ Статистиката на Министерството на земеделието и храните показва, че в страната през миналата година са работили едва 39 кланици за едър рогат добитък. Общо кланиците за червено месо в страната са 70. В 66 кланици се колят свине, в 47 – дребен рогат добитък, а в 8 – биволи и еднокопитни. 19 кланици са специализирани за клане само на свине, а 23 – за птици (пилета, кокошки, пуйки, патици, гъски).

През 2014 година закланите говеда са с 14% по-малко в сравнение с 2013 година, а кланичното им тегло е със 17% по-ниско. През 2014 г. произведеното месо от овце и кози бележи леко увеличение с 2,5% в сравнение с 2013 г., а свинското месо е със 7,5% по-

малко от добитото през предходния период. Общо добитото червено месо от свине, едър и дребен рогат добитък в страната през миналата година според предоставените данни от кланиците и животновъдните стопанства е 98 232 тона, което е с 6,5% по-малко спрямо 2013 година. Закланите птици през 2014 г. са 53 милиона, а произведеното месо е малко над 102 000 тона. „По груби сметки

на глава от населението се падат по-малко от 800 грама родно говеждо месо годишно на трапезата“,

обобща Ангел Йонов. Телешкото (месо от телета на възраст до 8 месеца) представлява едва около 1% от предлаганото на пазара, говеждото (животни между 8-12 месеца) – 14,4%, а останалото е от крави, бикове, волове и юници. Консумацията на месо от едър рогат добитък в страната е в малки количества поради по-високите цени на този вид месо спрямо най-търсените от домакинствата птиче, свинско месо и кайма.

„Българинът обича месо. Единственият път да се върне доверието му към родната продукция е да му се предлагат качествени месо, колбаси и месни деликатеси“, убеден е Цанко Цанев, собственик на специализиран магазин за месо в Горна Оряховица. Той изцяло е затворил производствения цикъл – отглеждане, уговяване на животни, транжиране и месопреработка, продажба в собствен магазин. Цанко Цанев се похвали, че близо две години след отварянето на специализирания му магазин за месо очакванията му за успех и печалби са надминати. Идват доволни клиенти

от Стара Загора, Велико Търново, Габрово, Търговище и дори от София, за да си купят качествена стока. Бизнесменът стана

първият, който откри магазин по Наредба 26 за директни продажби на продукти

от животински произход, а сега споделя опита си с други желаещи животновъди да отворят свои магазини. „Отглеждам 1000 броя едър рогат добитък, 10 000 прасета годишно и над 80 000 птици и се убедих, че за всекиго има място под слънцето. Нямам намерение да боря конкуренцията на търговските вериги. Магазинът ми е нещо като шоурум на продукцията ми. Тук домакините получават съвет кое месо да вземат за съответната гозба или с какво могат да експериментират. Останалото месо го продавам на кланици, макар да са ниски изкупните цени“, обобща пред екипа ни животновъдът.

Специализираните магазини за месо, които са собственост на производители, на дистрибутори или на търговци, реализират между 8 и 10% от оборота в сектора. Под 35% е пазарният дял на малките квартални магазини, които постепенно се стопяват заради инвазията и популярността на големите търговски вериги през последното десетилетие.

Кварталните магазини имат ограничен избор на месо и обикновено залагат на замразеното (най-често пилешко), както и на продажбата на месни продукти (трайни и малотрайни колбаси, месни консерви).

Обикновено най-силен е пазарът на месо около празници като Коледа, Гергьовден и Великден.

Аделина МАРИНИ
www.euinside.eu

Изборните резултати в Турция затвърдиха авторитарното управление на страната и изправиха ЕС пред решение, което се опитва да избегне от години - какво да прави с Турция.

Пред Съюза стоят две възможности - или да избере подхода на председателя на ЕК Жан-Клод Юнкер към унгарския премиер Виктор Орбан, който беше великолепно илюстриран по време на срещата на високо равнище на ЕС със страните от Източното партньорство в Рига, когато ветеранът Юнкер посрещна г-н Орбан с думите "Диктаторът идва. Диктаторе", последвано от сърдечна прегръдка и звучен закачлив шамар през лицето. Другият подход е ЕС да се върне към изконните си ценности. Само че именно примерът с Орбан прави това изключително трудно. Ако ЕС избере първия подход, това означава Съюзът да изпадне в тежки вътрешни проблеми, тъй като авторитаризмът завладява все повече територия в ЕС, някъде маскиран като национализъм, другаде като евроексептицизъм, но на много места с ясни признаци за ограничаване на свободите.

И макар че в Европарламента основните политически групи вече си дават сметка за вредите, които търпят заради черните овце в редиците им, фактът, че в почти всяко голямо европейско политическо семейство вече има черни овце, ги успокоява и едва ли ще предизвика вътрешни катарзиси. Това означава, че Съюзът мълчаливо ще отвори вратата към втората възможност, а тя е да преговаря с тоталитарни лидери и да ги приема като равностойни партньори. Проблемът с европейските ценности е допълнително затруднен и от това, че най-проблематичните страни - кандидатки за европейско членство, не са 100% устремени към него. За тях присъединяването към ЕС е стратегическа цел, но именно като такава тя може да бъде променена, ако се окаже трудноизпълнима или ако не донесе желан дивидент. Най-губещ от това ще бъде самият Съюз и неговата сигурност. Двете проблематични кандидатки са Турция и Сърбия.

На 1 ноември на извънредни парламентарни избори пълно мнозинство изненадващо спечели



Изборите в Турция - спечели авторитарното управление*

партията на президента Реджеп Тайип Ердоган АРП. Независимите международни наблюдатели признават, че изборите са протекли в сложна среда по отношение на сигурността и със силен натиск върху медиите. Предварителните заключения на Организацията за сигурност и сътрудничество в Европа изразяват сериозни притеснения за свободата на словото. "Медийната свобода си остава сфера на сериозно притеснение и броят на наказателните разследвания на журналисти и затварянето на някои медии са довели до намаляване на достъпа на избирателите до плурализъм на гледните точки и на информацията", пише в доклада на бюрото за изборите на ОССЕ. Посочва се още, че прагът от 10% за влизане в парламента също ограничава политическия плурализъм. Насилието от последните две седмици преди изборите пък е ограничило възможностите на някои кандидати да провеждат свободно предизборната си кампания, се казва още в доклада на ОССЕ от изборите в Турция.

Въпреки това обаче от ЕС дойдоха разнопосочни и дори противоречиви послания.

В съвместно изявление шефката на европейската дипломатия Федерика Могерини и еврокомисарят по преговорите за разширяване Йоханес Хан посочват, че изборите в Турция, протекли при висока избирателна активност (над 85%), "са потвърдили силния ангажимент на турския народ към демократичните процеси". Изявлението им беше разпространено преди публикуването на доклада на ОССЕ и затова в него двамата изразяват очакване към предварителните открития и

заключения. Независимо от това буди недоумение какво точно в резултатите от изборите може да се изтъква като силен ангажимент към демократичните процеси. Както се вижда от доклада на ОССЕ, медийната свобода е била сериозно ограничена. Нещо, което съвсем не е новина нито за г-жа Могерини, нито за г-н Хан.

Председателят на Европейския съвет Доналд Туск, за разлика от тях, не спести критиките си.

В поздравително писмо, разпространено след излизането на доклада на ОССЕ, той поздравява премиера Ахмет Давутоглу за изборната победа, но напомня, че изборите са се провели в "трудна среда на сигурност и на фона на все по-ограничена медийна ситуация". Отделно от това всяка от 28-те изпрати свое поздравително писмо. Само че те са протоколна формалност, която не изразява мнението на държавата за ставащото в Турция. ЕС силно разчита на Турция и да е турско правителство да помогне за ограничаване на прилива на бежанци от Сирия, Ирак и други страни с тежки военни конфликти или пък икономически проблеми.

Тази цел е от първостепенна важност за самото оцеляване на Съюза,

който заради липсата на единство в подхода при решаването на кризата е на ръба на истински разпад. Затова и изглежда, че в името на тази цел Съюзът е готов да престъпи собствените си ценности. Това стана ясно от изказването на Жан-Клод Юнкер пред Европарламента, когато той заяви недвусмислено, че разговорът за свободата на пресата и чо-

вешките права няма да помогне с нищо при решаването на бежанската криза. В името на това Турция да бъде максимално благоразположена ЕК за първи път забави значително публикуването на годишните доклади за напредъка на страните от процеса на разширяване.

Освен това ЕК работи активно по възраждането на преговорния процес с Турция,

който на практика е напълно замръзнал.

Последната преговорна глава с Турция беше отворена на 5 ноември 2013 година. Става дума за глава 22, която покрива регионалното развитие. През юни ЕК предложи на Съвета тази година да бъде отворена глава 17 "Икономическа и парична политика". Говорителката на Европейската служба за външна дейност Мая Коцианчич каза, че все още има шанс тази глава да бъде отворена до края на годината. Разговорите по нея в работните групи на Съвета все още продължават.

Сърбия е друга ключова държава в процеса на разширяване,

който също върви по авторитарен път и съвсем не е единствената в района. Полуавторитарни са още Черна гора, Македония, а до известна степен и Косово. На този етап обаче това изглежда по-малкият проблем. По-големият е, че Сърбия продължава да е силен съюзник на Русия и двете се използват взаимно за постигането на целите си в ЕС. Сърбия иска да започне незабавно същинските преговори, забавяни досега заради слабото изпълнение на споразуменията от процеса за нормализиране на отношенията с Косово, и вече губи

търпение. Белград се надяваше първите преговорни глави да бъдат отворени още миналата година, но това не се случи и е малко вероятно да стане тази година. Русия от своя страна използва Сърбия, за да затвърди влиянието си на Балканите, които смята за своя зона на влияние.

Сърбия все повече нервничи от липсата на напредък по пътя ѝ към европейско членство,

а също и от липсата на единство по отношение на бежанската криза. Тази нервност се изразява в отправянето на притеснителни послания като например оръжейната сделка, която премиерът Александър Вучич сключи по време на визитата си в Русия. Че районът все повече се разглежда като заплаха, си пролича и от изказването на германския канцлер Ангела Меркел в Дармщад. По време на срещата с партията ѝ тя предупреди, че затварянето на австрийско-германската граница може да доведе до запалване на военни конфликти на Балканите. Доста страховито признание, че ЕС и страните членки в частност са изпуснали нещо важно по пътя. Това важно нещо е толерирането на правителство с лошо минало. Хърватският министър-председател Зоран Миланович категорично отхвърли подобни опасения, както и сръбският му колега Александър Вучич. Последният заяви, че разбира добре притесненията на Меркел, но районът е сит от воюване. "Ще дадем всичко от себе си да запазим мира и стабилността в региона", увери той.

Всичко това показва, че **сегашният процес на разширяване е неспособен да се справи с толкова сериозни предизвикателства**

като авторитарните правителства не само в процеса на разширяване, но и вътре в самия Съюз. Отблъскването на най-проблемните страни кандидатки по съображения, че се отдалечават от европейската ценностна система, само ще засили риска за сигурността на Съюза. Приемането им може и да намали риска в краткосрочен план, но в дългосрочен ще обрече ЕС на саморазруха, освен ако той сам не се откаже от ценностите си и не приеме, че диктатурата е част от европейското "политическо разнообразие".

Това обаче ще е огромно разочарование за милионите хора, които разчитат именно на ЕС да упражни натиск върху правителствата им да гарантират правата и свободите им, вместо да ги посрещат закачливо с "Диктаторе!".

***Заглавието е на редакцията**

Целта на конкурса Google Lunar X PRIZE, организиран от интернет гиганта и фонда X Prize, е създаването на пълноценен луноход, който да бъде позициониран върху естествения спътник на нашата планета. Желание за участие в надпреварата заявиха 16 отбора, а пет от тях вече са готови да отправят своите апарати на Луната в срока, указан в условията на конкурса. Първият колектив, записал се за участие в конкурса, е Spacell. Той е дислоциран в Израел и има намерение да изпрати своя дрон на Луната още през втората половина на 2017 г. Другите конкуренти са Astrobotic от американския град Питсбърг, Nakuto от Япония, Moon



Express, също от САЩ, и Part Time Scientists от Германия. Всички те възнамеряват да

грабнат приза, но преди това трябва да изпълнят редица условия. Главното, за да вземат

сумата от \$20 млн., е да създадат луноход, да го изведат в орбита и да го доставят на Лу-

ната. Как участниците в конкурса ще се справят с тази задача не е ясно, но от Spacell хвърлят поглед към ракетата носител SpaceX Falcon 9 и вече са подписали контракт с компанията Spaceflight Industries. След кацането на Луната дронът според условията на надпреварата е длъжен да изследва не по-малко от 500 метра от повърхността ѝ, да заснеме качествено видео и снимки. Всичко това трябва да бъде предадено на Земята. Както вече споменахме, победният отбор ще получи \$20 млн. от общия награден фонд на Google Lunar X PRIZE, който е в размер \$30 млн. Заелите второто място в конкурса ще вземат \$5 млн., а останалата сума ще бъде допълнителна премия.

Екологична капсула илюстрира жилището на бъдещето



Група дизайнери от компанията Nice Architects предложи универсален прототип на екологична капсула, подходяща за неголямо

жилище. Уникалният миниатюрен дом използва алтернативни източници на енергия, които осигуряват достатъчно ток и за отопление. Екологич-

ната автономна капсула е оборудвана с ветрогенератор и слънчеви панели. Толкова малко жилище изразходва много малко енергия и в това е основният му плюс освен удобствата, създадени от дизайнерите. Домът е не само икономичен, но и екологичен. С него може да се пътува и винаги ще имате място къде да пренощувате. Прототипът е наречен Eco-capsule. Той разполага с неголяма кухня, спалня и зона за най-различни вещи, необходими за не особено комфортен, но пък икономичен и екологичен живот. Яйцевидната форма на дома помага да се събира дъждовната вода и да се ползва от обитателите на капсулата.



Зарядно в колана тръгва по магазините

Съвременните ползватели на смартфони са способни да „омаломощат“ батерията на апарата за половин ден, затова разработчиците отдавна се опитват да увеличат капацитета на зарядните устройства, но засега доста неуспешно. Затова все по-актуални стават преносимите акумулатори за мобилни телефони. А защо зарядното да не е вградено във вещь, която постоянно носим на себе си, например в колана на панталона или полата. Точно такава идея са реализирали инженери и са я предложили за финансиране в платформата за социални инвестиции Kickstarter. Целта на компанията е доста скромна – \$50 000. Устройството е наречено Ion Belt и половината от сумата вече е събрана. Минималната вноска, срещу която потребителите могат да получат устройството, когато е готово, е \$79, но продажната цена се очаква да е по-висока – около \$130.

Ювелири украсиха iPhone с 1612 гуаманта

За руския Ден на народното единство италианската компания Caviar създаде златен iPhone 6s, украсен с 1612 диаманта. Смартфонът е пуснат в един екземпляр и струва \$114 723. Той е в комплект с часовник и е създаден в чест на освобождението на Москва от народното опълчение през 1612 г. Мотиви от историческия сюжет присъстват и върху самия смартфон. Изключително скъпият модел "Единство" е в един екземпляр, но е пусната и ограничена серия от 99 смартфона.



Microsoft пуска собствена платежна система



Корпорацията Microsoft работи над създаването на собствена платежна система, събщи корпоративният вицепрезидент Джо Белфиоре. От компанията са наясно, че ще се сблъскат с конкуренцията от страна на такива брандове като Apple, Samsung и Google. Но пазарът на платежни сървъри уверено расте, затова желанието на Microsoft да влезе в него е напълно обяснимо. Според Белфиоре

системата ще работи независимо от трудностите, между които е осигуряването на перфектни услуги във всяка точка на света. В гарантирането на безопасността ще бъде използвана технологията за разпознаване на лица, подобна на Windows Hello, прилагана в Windows 10. Аналитици от изследователската компания Gartner оцениха през миналата година глобалния пазар на мобилни платежни сис-

теми на \$235 млрд. Очаква се през 2017 г. сумата да се увеличи на \$720 млрд. Google през септември тази година се появи на сцената със сървъра Android Pay. Аналогични технологични продукти предложиха и Apple и Samsung. Те позволяват на потребителите да съхраняват на мобилните си устройства информация за кредитните и дебитните си карти и да ги ползват при плащане на ПОС терминали.

Гергана ПЕТКОВА

Не е тайна, че с всяко наше действие малко по малко унищожаваме планетата Земя. Изхвърляме тонове отпадъци всеки ден, управляваме все по-мощни автомобили и използваме все повече енергия, за да задоволим непосредствените си нужди или желания.

Има ли решение? Естествено! Макар и бавно, планетата може да бъде възстановена донякъде и опазена от човешките дейности. Тази задача е в ръцете на онези малки същества, които ни наблюдават внимателно и се вслушват в думите ни - нашите деца. Освен от личен пример те се нуждаят и от сериозно обучение в училище. Опазването на околната среда се преплита като тематика в учебниците по човекът и природата за 3. и 4. клас (а е неизменна част и от природните науки за по-големите ученици). Спестявайки енергия в училище, рециклирайки и научавайки повече за природата, за нейните богатства и за действията на хората, малчуганите са онези, които ще продължат усилията за опазване на планетата.

Но понякога малките деца лесно губят концентрация и интерес към ученето за сметка на мобилния телефон, телевизора или компютъра. Родители и учители се тревожат, че учениците отделят повече време да сърфират в мрежата, отколкото за уроци. Екипът на издателство „Просвета“ предлага решение на този проблем. С неговите електронни учебници от ново поколение технологиите не пречат, а напротив - стимулират интереса на децата към нови знания.

Електронният учебник е дигитален вариант на печатния, одобрен от Министерството на образованието и науката (МОН), но с добавени много мултимедийни материали - атрактивни 3D анимации, видеоклипове, аудиофайлове, фотогалерии и др. Издателство „Просвета“ предлага електронни учебници по човекът и природата за 3. и за 4. клас на два авторски колектива: първият е на Мария Кабанова и Калоян Манолов, а вторият - на Лиляна Найденова и Пенка Бозарова.

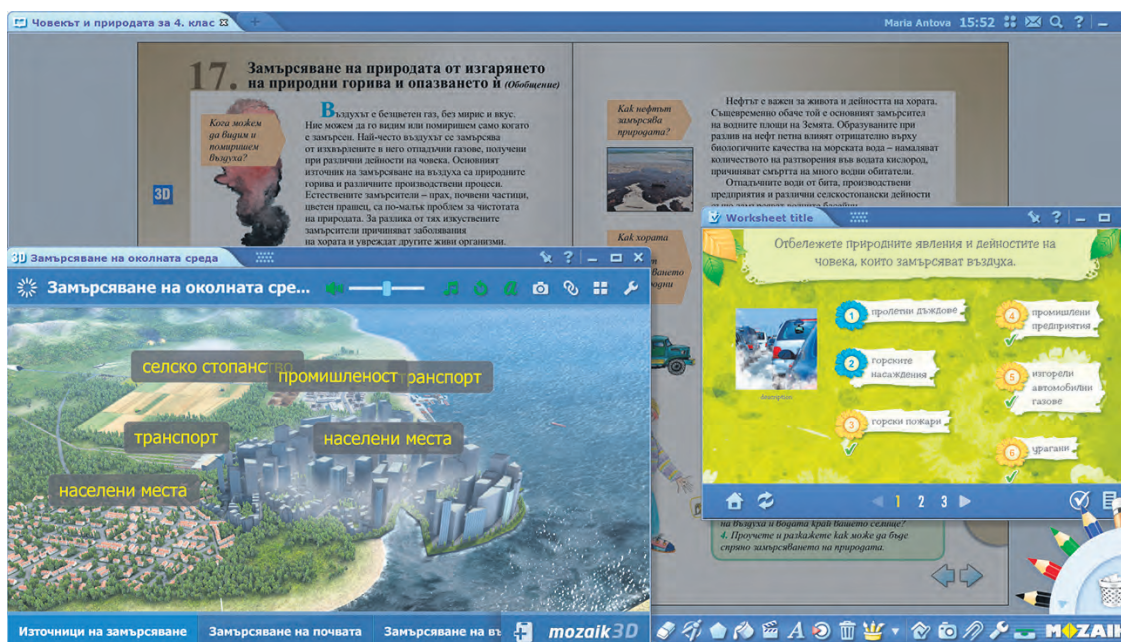
Електронният учебник по човекът и природата за 3. клас помага на третокласниците да усвоят по-лесно знанията, предвидени в учебната програма. Той поставя учениците в харесваната от тях интерактивна среда и им помага да осмислят новите знания, като събужда интерес към природните процеси и явления. Включените в него над 70 ресурса илюстрират нагледно



Природата оживява в електронните учебници

темите от учебната програма. Например трудният урок за кръговрата на водата в природата е представен и в 3D анимация, с помощта на която децата могат по-лесно да разберат това явление и да намерят отговори на въпросите, които си задават. Представянето на новите знания се подпомага от включените над 100 изображения на растения, животни, природни обекти и явления, анимации, видеоклипове, триизмерни симулации и др. За затвърдяването на учебния материал са предложени различни типове тестови задачи, които също съдържат много илюстрации. Това са задачи за свързване, за намиране на съответствие, за попълване на пропуснати думи, за поставяне на надписи на правилните места и др. Интерактивните ресурси развиват уменията на учениците да правят връзки между стар и нов материал, да осмислят наученото, да разширяват знанията си за природата.

Електронният учебник по човекът и природата за 4. клас прави усвояването на този труден предмет много по-лесно. Включените 8 3D анимации за замърсяването на околната среда, Слънчевата система, смяната на сезоните, за получаването на електричество от различни възобновяеми източници като вятър, вода и слънце правят уроците интересни и забавни. Над 25 видеоресурса и анимации разказват за природни явления и процеси, за животинския и растителния свят на планетата, за необходимостта хората да пазят природата чиста. Повече от 100 цветни илюстрации дават възможност на четвъртокласниците да се запознаят с редки растения и животни, които те не са



виждали на живо в природата. Разработените над 100 тестови задачи позволяват на учениците да затвърдят знанията си. Към всяка задача е дадено оценяване и така те могат сами да проверят знанията си. Към тестовите след всеки раздел са дадени верните отговори, което улеснява учителя при проверката им в час.

Друга новост в е-учебниците на „Просвета“ е, че всеки участък от страницата може да бъде увеличен на екрана с един клик на мишката. По този начин в час учителят може да насочи вниманието на учениците към конкретен текст или упражнение. При бързите тестове за проверка на знанията с още един клик на мишката се появяват и верните отговори на въпросите.

С помощта на електронния учебник учителят в клас, а и родителят вкъщи постига най-важните цели на обучението: да възпитава децата в

отговорно отношение към българската природа и човешкия труд, да събужда у тях интерес към родното минало и любов към заобикалящата ги среда.

Как се купуват

„Просвета“ предлага електронни версии на учебниците по всички предмети от 1. до 7. клас. Те са над 90 с общо около 10 000 електронни ресурса - 3D визуализации, интерактивни тестове и игри, аудиофайлове, видеоклипове и др. Е-учебниците се купуват на абонаментен принцип за период от 12 месеца. Абона-

ментът за всеки учебник струва **6,00 лв. с ДДС** и се плаща с есемес от мобилен телефон на номер **18420** и текст **prosveta5**. Покупката става лесно от електронната книжарница www.e-uchebnik.bg. Нужно е да се регистрирате. Е-учебниците могат да се използват онлайн. Те непрекъснато се редактират и осъвременяват, добавят се и се подменят ресурси. Ако вече сте закупили е-учебник, който след това е бил обновен, промените ще се отразят в него автоматично.

Всички издания на „Просвета“ ще намерите при представителите на издателството във всеки областен град в страната и в търговските обекти - виж www.prosveta.bg. Електронни учебници поръчайте от www.e-uchebnik.bg. Книжни учебници може да поръчате и онлайн на www.e-uchebnik, www.store.bg, www.mobilis.bg, www.helikon.bg и www.ciela.bg.

ПРАЗНИЧЕН СПЕКТАКЪЛ НА „ЦАРИЦАТА НА ЧАРДАША“ В СОФИЯ

Годината е 1915. Публиката във Виена очаква с нетърпение новата оперетна премиера. Автор на музиката е Имре Калман, а работното заглавие на произведението му е „Да живее любовта“. Всичко е готово за спектакъла на 13 ноември, но в последния момент датата е сменена на 17-и заради суеверния страх на Калман от фаталното число.

И така преди 100 години започва сценичният живот на може би най-известната и обичана по целия свят оперета „Царицата на чардаша“. На софийска сцена хитовите арии звучат за първи път само три години след световната премиера – през 1918 г., с Мара Чуклева в ролята на Силва. В следващите десетилетия „Царицата на чардаша“ неизменно присъства в афиша на Музикалния театър, а като Силва, Едвин, Щаси и Бони, Цилика и княз Леополд се изявяват поколения артисти. Сред най-запомнящите се през годините са Мими Балканска, Зорка Димитрова, Лиляна Кисьова, Донка Шишманова, Анелия Шуманова, Светлана Ива-



Добринка Икономова - Силва,
и Александър Мутафчийски - Бони

нова, Видин Даскалов, Тодор Ботев, Ной Николов, Арон Аронов. Безспорно днешното най-активно поколение изпълнители допринася за несекуация интерес към Калмановия шедьовър. През последните сезони в постановката участват Мариана Арсенова, Добринка Икономова, Валентина Корчакова, Марио Николов, Пеню Пирозов, Марчо Апостолов, Кате-

рина Тупарова, Станимира Василева, Александър Мутафчийски, Богомил Спиров, Светлана Иванова, Калина Ангелова, Христо Сарафов, Венцислав Динов, Румен Григоров, Иван Бенчев, Иван Панев, Драгомир Стойков. А точно в деня на 100-годишнината от първото изпълнение във Виена – 17.11.2015 г., на сцената на Националния музикален театър ще гледаме

празнична „Царицата на чардаша“ по режисурата на Марио Николов, диригент-постановчик Юли Дамянов, сценография и костюми – Евгения Раева, хореограф – Татяна Янева, хормайстор Людмил Горчев. Очаква се на сцената да излязат и част от ветераните, които публиката още помни и обича. Спектакълът определено не е за изпускане! (ЖД)

ОТ „ЗНАМЕ НА МИРА“ ДО ОРДЕН ЗА ЗАСЛУГИ КЪМ ЛЮКСЕМБУРГ



Тя е одухотворена и усмихната жена, която представя на публиката своя музикален свят. Живяла дълго време в малкото и добре подредено херцогство Люксембург, тя се завръща все по-често в България, за да бъде своеобразен музикален мост между двете държави.

Албена Петровиц Врачанска е люксембургски композитор от български произход, чиято музика е

изпълнявана в цяла Европа, САЩ и Русия. А през изминалата седмица приключи записите за своя първи компактдиск, озаглавен „Кристален сын“. Шестте клавирни творби Албена е писала в последните три години. Обича да композира за пиано, обича и да „подарява“ свои произведения на пианистите, с които работи. Даже често се „заиграва“ с техните имена, които прави основни музикални теми. Може би затова и в компактдиска всички пиеси са посветени на различни пианисти. Своеобразните композиторски „подаръци“ записва младият пианист от Люксембург Ромен Носбаум, който ги представи на своя клавирен концерт в Националната музикална академия „Проф. Панчо Владигеров“.

Като композитор Албена Петровиц Врачанска обича да експериментира и да насища своите творби със звукови ефекти. Във всяка част от концертния роял, която може да възпроизведе звук или шум, Албена вижда възможност да използва като изразно средство. Самата тя определя музиката си като едно дълбоко духовно проникване в българските традиции, което поражда и страдание, и разочарование, но и надежди и мечти. Затова съвсем естествено в някои от пиесите е вплетен и характерният за българския фолклор неравноделен ритъм. Но не само и единствено защото е българка, а и защото е внучка на композитора Андрей Врачански, чието творчество е доминирано от българския фолклор. От първата композиция, представена на асамблеята „Знаме на мира“, до Ордена за заслуги към Великото херцогство Люксембург Албена Петровиц Врачанска продължава да ни представя своя музикален свят такъв, какъвто го чувства. (ЖД)

ВНИМАНИЕ! Държете в ръцете си най-подходящото четиво от което се нуждаете не само вие, а и всички отчаяни, изпаднали в бедност, безкрайно разочаровани, фалирали, онеправдани, болни, безпомощни и други зле чувстващи се хора.

Дойде вече времето, да научите тук и сега - **какво, защо и как** да промените в живота си, за да се освободите от чувството на стрес, страх, отдаленост, мъка, гняв и болест. Преминвайки през всички тези състояния преди години, борейки се всеки ден с проблемите мотивирано и с вяра в успеха, открих за себе си формулата на достойния живот, престоткривайки нови философии и ценности.

Как излекувах болестите си, как от негативно мислещ и живеещ човек се превърнах в позитивна и оптимистична личност, без сълзи в очите, без повече лекарства и униние, как го постигнах – **ЩЕ ВИ ГО РАЗКАЖА И НА ВАС!** Защото това е постижимо и не е сложно. Щом аз успея, ще успеете и вие.

И забележете: **ПАРИ НЕ СА ВИ НУЖНИ!**

Прочетете ли тази книга, имате ли желанието и куража за промяна – ще я постигнете, така както се случи при мен.

ИЗБОРЪТ ЗА ПРОМЯНА ВНАГИ Е НАШ, ДОКАТО СЪЩЕСТВУВАМЕ!

8000 970-413-00470-0-2

9 786159 047002 > www.ladygalla.com

лейди Галия

КАК „ЛОВУВАМ“ В ЖИВОТА

КАК „ЛОВУВАМ“ В ЖИВОТА

Всяка промяна която желаем да се случи с нас, е нужно да започнем от нас самите!

Лейди Галия

Как да преборим песимизма в нашия живот? Негативното мислене се е случвало на всеки човек. Но разликата между предимно ориентирания песимист и предимно ориентирания оптимист е, че **оптимистът** умее успешно да спори със своите песимистични мисли и да ги победи. Като преди това е осъзнал колко е важен оптимизмът в нашия живот и че е много по-ефективен от песимизма.

Песимистите постоянно използват своето въображение, за да визуализират най-лошите възможни сценарии, после от тях вадят заключение, че каузата е обречена, и не предприемат никакви действия. Ето защо **песимизмът** винаги води до пасивност.

Изборът на оптимистите е да използват по по-различен начин въображението си. Те го използват не за да избягат от реалността, а за да я създават.

Вижте какво казва авторката по време на представянето на книгата в www.jivotatdnes.bg.

Книгата вече е налична в гр. София, на книжния пазар на пл. „Славейков“, в книжарница „История, наука, изкуство и литература“ на ъгъла на ул. „Цар Асен“ 33 и ул. „Узунджовска“, както и в Центъра за личностно развитие „Вселена“ на ул. „Георги Бенковски“ 11, ет.4, тел: 0887210051; 0897099901.

С акад.
Григор Велев
разговаря
Румен
Леонидов

История на българите в Македония

● Чуждестранни свидетелства за произхода на населението



Акад. Григор Велев

Акад. Велев, стигнахме до един от най-съществените въпроси - какъв е произходът на населението в Македония? Има ли достоверни свидетелства за това?

- Да, има и те са от чуждестранни пътешественици и учени, които са единодушни за българския произход на населението в Македония. Тези сведения са описани в съхранените до днес пътеписи, писани в различни исторически периоди, когато авторите им са преминавали през македонски села и градове. Българският историк Илия Галчев е успял да събере и публикува в книгата си „Българското самосъзнание на населението в Македония през Възраждането“ всички публикации на тези чужденци, пътували из Македония по това време.

- Нека се спрем по-подробно върху изследванията на г-н Илия Галчев...

- Ще започна с Лоренцо Бернардо, роден през 1591 г., дипломатически представител на Венеция в Цариград: „... Струга е... по-скоро село... На излизане от Стружката равнина се минава (по) един мост, който е граница между България и Албания. Българите говорят славянски език, но са от гръцка(та) вяра... Битоля е един български град...“. А когато посланикът стига до Солунския залив и устието на р. Вардар, което е на 5 км от града, той отбелязва: „...Тук има мост, който е границата между България и Тесалия“.

Но ето какво твърди и турският пътешественик Хаджи Калфа (1614-1655), който описва селищата в Македония. Той преминава през Хрупища, Битоля, Костур, Лерин, Прилеп, Охрид и др. и сочи, че жителите там са българи. И още: турският писател Евлия Челеби (1611-1682), пътешественик и географ, описва наблюденията и преживяванията си в Македония по следния начин: „... Оттук (Кратово), като тръгнахме на изток, минахме през българското село

Нагоричани... Откак вървахме час и половина към север, стигнахме село Извор... Това е българско село (и) има сто и петдесет къщи...“. За Прилеп пише: „... Изобщо тук (в Прилеп) се говори български език... Всичката рая е българска...“.

- Има ли и други авторитетни свидетели?

- Те са десетки, но ще цитирам най-популярните от тях.

Католическият архиепископ Петър Богдан (1601-1674) пише: „... Охридският архиепископ на провинция България, в която лежи гр. Охрид, няма право да се меси в работите на Сърбия“. А по повод границите на българските земи отбелязва: „... България се нарича днес цялата оная земя, която се зовяла Първа Горна Мизия, част от Долна Мизия, цяла Тракия... И по-голямата част от Македония, цялата Морава, та до Охрид, до пределите на Албания и Гърция и от Сърбия на изток до Черно море“.

През 1655 г. посещава град Охрид: „... градът припада на царство България и е неин град и днес всички, които живеят вътре в града (крепостта), са българи...“.

Или да вземем френския консул в Солун, Феликс Божур. В своето съчинение „Военно пътуване в Отоманската империя“ (1820) твърди: „... Някои от селата, що се срещат по пътя от Щип за Велес и от Велес за Скопие, се обитават от българи християни, чиято работливост и чистота контрастират с мързела и нечистотата на древните християни. Селото Ала Клисе (Постол) на пътя между Солун и Енидже Вардар е населено с българи...“.

И още един французин - Франсоа Пуквил (1789-1801), консул в Янина. В книгата му „Пътуване в Морея, Цариград и Албания“ четем: „... планината Шар планина изглежда естествена граница между България, Сърбия и Илирия... Населението на Крива Паланка е българско... както е и българско населението северно от Костур към Лерин... В долината на Преспа има 46 български села, населени от 2300 семейства, или 11500 жители...“.

- А има ли сръбски свидетелства? Питам Ви, защото и до днес сърбокомунистите в Скопие са най-яроствните антибългаристи, най-активните македонисти...

- Ще Ви цитирам Герасим Зелич, сръбски архимандрит. Минавайки през Солун през 1764 г., той пише следното: „... У нему е понай-висше турци;

но има и евреја, гръка и бугара. Ту се говори и гръчки и бугарски, а понависше турски...“. Или да вземем Йован Раич (1726 -1801), сръбски архимандрит, историк. Според него Косово е южната граница между сръбската земя и Българска Македония. Вижете какво отбелязва и Димитри Давидович (1788-1838), сръбски историк, в своята „История на сръбския народ“. В приложената към нея карта на градовете той ситуира Ниш, Враня, Скопие, Велес и др. като български. А проф. Дежарден през 1853 г. отпечатва етнографска карта на Сърбия и земите, в които се говори сръбски език. В нея не се споменава дори и малка част от Македония, която да принадлежи на Сърбия или да е населена със сърби.

- Доколкото си спомням, сръбският писател и етнограф Вук Караджич, живял между 1787 и 1864 г., публикува народни песни от Македония и ги нарича български песни... Но през 30-те години на XIX в. застава на сръбски шовинистични позиции.

- Да, но Стефан Веркович, друг сръбски учен етнограф (1827-1893), пише, че населението в Македония е българско. Той престоява в Македония 10 години, от 1850 до 1860, след което публикува сборника „Народен песма македонски бугара“. Тези песни са събрани от Серес, Велес, Крушево, Дебър и др. В предговора към сборника той съобщава: „... Я сам ове песме назвао булгарским, а не словенским, због тога ер данас кад би когод македонског словенина запитао: „Што си ти?“. С места бы отговорио: „Я сам болгарин, а свой язык зову болгарским...“. През 1889 г. Веркович публикува в Петербург „Топографический - етнографический очеркъ Македоний“. Тук той е още по-категоричен, като пише: „... Все македонские славяне исключительно називают себя болгарскими...“.

- Да продължим с други свидетелства, достигнали до нас...

- Ще спомена някои в телеграфен стил, защото са много. Еспри Мари Кузинери, чиновник във френското консулство в Солун. В книгата си „Пътуване в Македония“ (1820) той отбелязва „... цялото Солунско поле е населено от българи, също и цялата Воденска епархия, Мъгленско... В Скопие се намират много българи“. Ами Буе (1794-1881), френски геолог и пътешестве-

ник, пише: „... Българите заемат България, Долна Мизия и най-голяма част от Северна Мизия; същите образуват главното ядро на населението в Македония с изключение на най-крайната и югозападна част от Костур...“. Давид (Дейвид) Уркарт (1805-1877), английски дипломат, свидетелства: „... потурчени българи заемат планинските места. Ония, които са си запазили вярата, обитават равнините на Македония, Епир, България и Тракия, в околностите на Битоля, Солун, Янина, Ниш, София, Пловдив и дори Цариград. Те са изложени прочее на една тиранична власт и на немилостив гнет...“. Ксавие Хьошлинг (1802-1883), белгийски икономист и статистик, отбелязва: „... Българите обитават страната, която носи тяхното име, т.е. по-голямата част от Румелия и Македония, множество окръзи от Тесалия, Албания, Сърбия. Българската раса достига 4 500 000 души, от които само 2 000 000 живеят в България“.

- Наистина не можем дори само да споменем всички свидетели... А руски извори има ли?

- Ето част от тях. Юрий Иванович Венелин (1802-1839) е първият руски учен, който посещава Македония и земите, населени с българи, и твърди: „... коренните обитатели на Македония са българите, каквито се намират също в Албания и Тесалия... Българите вредом населяват Македония...“. А ген. Иван Петрович Липранди, участник в руско-турската война, след пътуването си в Македония пише: „... В Охридско българите били наполовина примесени с албанци. А българското племе обитава на север до р. Дунав, от устието на р. Тимок, на изток до Черно море, на юг до Босфора, Мраморно море,

Дарданелите и Егейско море; на запад - до границата на Албания“. Руският историк Александър Гилфердинг (1831-1872) пише: „... населението на юг и изток от Шар планина е българско...“. Проф. Виктор Иванович Григорович (1815-1876) след двегодишно пътуване из Европейска Турция пише за гр. Охрид, че най-много в него са българите, в Струга има българи и албанци, а в Ресен са само българи. Дори граф Николай Павлович Игнатиев (1832-1908) споменава в мемоарите си: „... Две трети от Македония и Тракия са населени с българи“.

- Интересно е мнението и на Виктор Берар, френски общественик...

- Да, той е автор на редица трудове, посветени на Омир, Източния въпрос и Македония. Той заявява, че по отношение на народността на населението на Македония няма никакво съмнение, че е българска. Той пише, че най-често срещаните думи в Македония са: „Я съм бугарин“, „Македонските селяни се казват българи. Струга е българска, Охрид е български, български е Ресен, косовският вилает може да бъде поле за борба между българи и сърби, ала в Битолския вилает българите добре знаят, че нямат друг освен един неприятел - гъркът...“.

- Има ли подобни твърдения и от гръцки свидетели?

- Да, ето какво пише гръцкият историк А. Арвантинос в своето двутомно съчинение: „... В Пелагония е разположен новият град Битоля, наречен още Монастир, с 20 000 жители. Християните му жители говорят изобщо български език...“ (т. II). Според него с българи са населени още градовете Негуш, Прилеп, Струмица, Тиквеш и др.



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

СОФИЯ

Наг 500 души
участваха в „Спорт,
здраве и активно
дълголетие“

Повече от 500 участници се състезаваха в единадесетото издание на празника „Спорт, здраве и активно дълголетие“. И през тази година зала „Арена Армеец“ се оказа тясна за многото желаещи да демонстрират активен начин на живот. Празникът е своеобразен преглед на националните клубове „Спорт и активно дълголетие“ и включва представяне на музикални композиции, гимнастически изпълнения, съчетания и танци от участници над 60-годишна възраст. Събитието се провежда под патронажа на кмета на София Йорданка Фандъкова. Общо 18 клуба се включиха в тазгодишното издание на фестивала. Той се организира от Централната комисия на Спортен клуб „Здраве и активно дълголетие“ и



Спортен клуб „Здраве – Младост“ при Българската асоциация „Спорт за всички“ в партньорство и с финансовата подкрепа на Столична община. Събитието тази година е част от инициатива „София 2018 - Европейска столица на спорта“.

ВАРНА

Поставят паметник
на Кирил Шиваров

Паметник на големия скулптор Кирил Шиваров ще бъде поставен в градинката до Търговската гимназия в центъра на Варна до края на годината. Той е изграден от камък и бронз, а автор на творбата е проф. Пламен Братанов. Работата по проекта започна преди месеци като част от инициативата на кмета Иван Портних за възраждане на културно-историческата памет на Варна с активното съдействие на експертите от общинската дирекция „Култура и духовно развитие“ и одобрението на експертния съвет по естетизация на градската среда.

Кирил Шиваров е творец, завещал уникално богатство. Негово дело са скулптурите на братята Христо и Евлоги Георгиеви пред Софийския университет, лъвската фигура на връх Шипка, скулптурите на сградата на БНБ, каменните фигури на Софийската градска библиотека и Съдебната палата. Сред най-известните му творби във Варна са скулптурите, украсяващи Икономическия университет, фонтанът на сирените в Морската градина, паметниците на Отец Паисий в Алеята на Възраждането и на граничаря, фигурата на Аспаруховия воин върху Аспаруховия вал.

СТАРА ЗАГОРА

Посетете
изложбата „Поляците във
и за независима България“

След Варна, Несебър и Пловдив изложбата "Поляците във и за независима България" ще бъде експонирана в Културно-информационния център „Етносвят България“ в Стара Загора.

Тя показва приноса на поляците в обединението и изграждането на независимата българска държава. Експозицията има за цел да обърне внимание на българската общност върху неизвестни факти за присъствието на поляци от различни професии в България. Разказва за участието им в техническия прогрес на страната, както и за приноса им в образователната и културната система на държавата.

Изложбата се реализира от Посолството на Република Полша в сътрудничество с Културно-информационния център „Етносвят България“ – Стара Загора, в рамките на проект за полската общност в България. По този повод в града пристига консулт на Република Полша в България Катажина Деда.

Изложбата ще бъде експонирана до 20 ноември 2015 г.



Историческата онлайн платформа „Моята българска история“ бе представена в Благоевград. Областният център е сред избраните градове, в които се реализира инициативата „Се-

денките“. Платформата представлява интерактивна карта на България, чиято цел е да събира неразказаните и малко познати истории на семейства, родове, улици. В нея може да се включи всеки и да

БЛАГОЕВГРАД

Представиха
историческа
онлайн
платформа

сподели малко известни факти за общото ни минало, за важни обществени фигури, както и лични моменти. Досега са събрани над 300 истории от цялата страна. Събитието се организира от екипа на „Моята българска история“, Общност „Каузи и начинания“ и със съдействието на Община Благоевград.

ПЛОВДИВ

Два пъти по-малко
са желаещите за детски градини

Два пъти по-малко деца са кандидатствали за прием в детските градини в Пловдив. При обявени 462 свободни места едва 237 са били подадените документи. Това показват данните от класирането на 3 ноември т. г. Въпреки това съотношение класираните деца са само 133. Причината е, че родителите държат на точно определени детски заведения и при подаване на заявления за участие в класира-

нето не се съобразяват с обявените свободни места. Част от кандидатстващите деца за детските градини на възраст между 3 и 6 години вече посещават детско заведение, но участват в класирането с желание за преместване. Почти половината от тях са под 3-годишна възраст и кандидатстват за детските ясли. За подготовителните групи за 5- и 6-годишните деца може да бъде отчетено, че всички деца, подлежащи на задължителна подготовка, са с осигурени места. До края на календарната 2015 г. ще бъдат проведени още две класирания. Първото от тях ще бъде на 19 ноември т. г. Свободните места за него ще бъдат обявени в срок до 10 ноември. Предстои изготвяне на графика за следващата 2016 г. Родителите могат да изпратят своите предложения, отнасящи се за сроковете.

Моряшкият клуб отвори
Врати за културни събития

В Клуба на моряците ветерани е подредена изложбата "Открий", посветена на Детската Евровизия. Нейни автори са децата от школата по батик при читалище "Асен Златаров", ръководени от г-жа Златка Бобева. "Това е първото културно събитие в нашия клуб, но не последното. Вратите му са винаги

отворени за хората на изкуството", казаха моряците ветерани. Откриването на изложбата бе съпроводено от изпълнения на талантиливи деца. Сред тях беше и малката Розина, която получи подранил коледен подарък - нова цигулка, купена с дарения, събрани от старите морски вълци.



Владислава ГАЛЕВА, юрист

Трудова злополука е всяко внезапно увреждане на здравето, станало през време и във връзка или по повод на извършваната работа, както и при всяка работа, извършена в интерес на предприятието, когато е причинена неспособност или смърт.

За трудова злополука законът признава и тази, която е станала по време на обичайния път при отиване или на връщане от работното място до:

1. основното място на живеене или до друго допълнително място на живеене с постоянен характер;
2. мястото, където осигуреният обикновено се храни през работния ден;
3. мястото за получаване на възнаграждение.

Няма ограничение във времето колко преди или след работното време е станала злополуката, а условието само е да е по „обичайния път“ до посочените по-горе места.

Какво трябва да се направи при трудова злополука:

1. Да се предприемат мерки за оказване на първа помощ на пострадалия – спасителни действия на място, повикване на спешна помощ, транспортиране до болнично заведение;
2. Уведомяване на работодателя за злополуката и в същото време обезопасяване мястото на инцидента с ограничаване на достъпа на други лица;
3. Ако има увреждане на повече от трима работещи, както и за всяка злополука, довела до смърт или за която се предполага, че ще причини инвалидност, трябва незабавно да се уведоми полицията (тел. 112), териториалното поделение на НОИ и съответната

Как се действа при трудова злополука

Инспекция по труда.

Когато бъде информирана Инспекцията по труда (при смъртен случай или случай с инвалидизиране), трябва да бъде подадена следната информация:

- име на фирмата, БУЛСТАТ, адрес на обекта;
- три имена на пострадалия, длъжност, ЕГН;
- какво се е случило;
- три имена и длъжност на лицето, което е оказало първа помощ;
- име на лице и телефон за контакти.

Преди да бъде декларирана злополуката в НОИ (тридневен срок от момента на узнаване за злополуката), трябва да се направи вътрешно разследване в предприятието. За целта се издава заповед на ръководителя за разследване на злополуката, с която се определя съставът на комисията за разследване на трудовата злополука.

Достатъчно е комисията да е от трима души, като задължително в нея трябва да има представител на комитетата или групата по условия на труд. В определени случаи може комисията и да е по-голяма – ако има синдикални представители в организацията, задължително участва и един от тях, по решение на ръководството в разследването на трудовата злополука може да вземе участие и представител на службата по трудова медицина.

В хода на това вътрешно разследване задължително трябва да бъдат събрани писмени показания на поне трима свидетели на злополуката – препоръчително е да са от пострадалия, от прекия ръководител, от лицето, оказало първа помощ. Когато при инцидента не е имало свидетели, показания дава пострадалият, лицето, което първо е информирано и е оказало помощ, както и лице, което може да даде информация относно обичайния път на придвижване на пострадалия, когато става въпрос за злополука извън предприятие-то/офиса.

В показанията на всеки се изписват трите имена на свидетеля, длъжност, фирма, а най-отдолу се изписва собственоръчно следният текст: „За верността на написаното отговарям лично“, и отново се изписват трите имена, ЕГН, дата и подпис.

При случаи, в които се извършва разследване от полицията (прокуратурата), показанията се пишат по

два пъти, един път за разследващите органи и един път за вътрешното разследване.

В резултат на разследването се съставя протокол в два екземпляра, който съдържа следните данни:

- данни на осигурителя;
- данни на пострадалите лица;
- данни за мястото и времето на злополуката;
- данни за свидетелите на злополуката и лицето, оказало първа помощ;
- писмени показания на свидетелите на злополуката;
- обща характеристика на работата, извършвана от пострадалия (пострадалите) преди злополуката;
- специфичното физическо

мощено от него длъжностно лице подава в срок от 3 работни дни от узнаването за нейното настъпване декларация по образец в териториалното поделение на НОИ по регистрация на осигурителя/предприятието ползвател. Декларацията е в утвърден от управителя на НОИ вид и обнародвана в Държавен вестник форма. Тя се вписва в регистъра за трудовите злополуки в предприятието.

Информацията, която се попълва в протокола за разследване, е близка до тази, която се попълва в декларацията за трудова злополука, която се подава в НОИ.

Изключително важно е да се попълни внимателно точката „допуснати наруше-

бдат проверени в зависимост от вида и характера на конкретната злополука.

След всеки трудов инцидент, довел до злополука, е необходимо да се вземат мерки за недопускане на други такива.

Съгласно съществуващата нормативна уредба след всяка трудова злополука се провежда извънреден инструктаж. Освен това е редно винаги да се преразглежда оценката на риска, когато: резултатите от разследвания на злополуки, аварии, професионални заболявания и инциденти без злополуки налагат преразглеждане. Разбира се, задължително се описват и мерките за отстраняване на нарушението, което е установено.

Декларацията за трудова злополука се попълва за всеки пострадали в четири екземпляра, тъй като три от тях остават в НОИ (от там изпращат екземпляр, който е за пострадалия, на неговия личен адрес) и един остава за регистъра на трудовите злополуки в организацията.

В НОИ се представят следните документи:

- препис от протокола за разследване на трудовата злополука (втория екземпляр);
- четирите декларации;
- копие от болничния лист, издаден от лекуващия лекар, получен чрез пострадалия или по служебен ред, както и продължения на болничните листове, ако има такива;
- други документи при поискване от териториалното поделение на НОИ (напр. епикриза), а при смърт на пострадалия задължително се носи копие от смъртния акт и удостоверението за наследници.

Въз основа на данните в досието за трудовата злополука в 7-дневен срок от декларирането се издава разпореждане за приемане или за неприемане на злополуката за трудова по утвърден от управителя на НОИ формуляр.

Декларациите за трудова злополука трябва да се съхраняват не по-малко от 5 години.



действие, извършвано от пострадалия (пострадалите) в момента на злополуката, и свързания с това действие материален фактор;

- отклонения от нормалните действия и условия и материалния фактор, свързан с тези отклонения;
- начина на увреждане и материалния фактор, причинил увреждането;
- допуснати нарушения на нормативните актове;
- лицата, допуснали нарушенията;
- необходимите мерки за недопускане на подобни злополуки.

Поставя се номер на протокола – ако за първи път във фирмата се разследва трудова злополука, то той ще е номер 1. Под същия номер след това злополуката ще се впише в регистъра на трудовите злополуки на фирмата.

Когато обстоятелствата, при които е станала злополуката, дават основания да се предполага, че тя е трудова, ръководителят на предприятието или упълно-

мощен на нормативни актове“, в която трябва да се обърне внимание на следните въпроси:

- инструктиран ли е бил пострадалият;
- има ли инструкция за безопасна работа при извършване на конкретната дейност и дали тя е спазена;
- има ли техническо досие на оборудването (ако злополуката е свързана с такова);
- запознат ли е пострадалият с оценката на риска за тази дейност (документирано с подпис), запознат ли е с инструкцията за безопасна работа (документирано с подпис);
- осигурени ли са лични предпазни средства (удостоверено с подпис) и използвани ли са от пострадалия.

Съществуват и още редица документи и изисквания, които биха могли да

Още правни консултации можете да намерите в www.jivotatdnes.bg

ЖИВОТ & ЗДРАВЕ

10 - 16 НОЕМВРИ 2015

Кога се „обажга“ простатата

Доброкачествената простатна хиперплазия и ракът на простатата са едни от често срещаните заболявания при мъжете, затова консултацията с уролог веднъж годишно е задължителна. Особено след 50-годишна възраст. Повече ще научите

на стр. 18

Усложненията на гуабета

За мястото на ендокринолога в диагностиката и терапията на диабетната полиневропатия, за причините и симптомите на заболяването, а и как да ги избегнете ще прочетете

на стр. 22

Да се откажем от захарта



Отдавна е известно, че сладките продукти създават сериозни здравословни проблеми. Затова специалистите предлагат различни начини, които биха ни помогнали да се откажем от захарта. За два от тях разказваме

на стр. 24

Дюлята – есенният акумулатор на здраве



Дюлята безспорно е един от най-прекрасните плодове на сезона. Нейните полезни свойства са били познати още в дълбока древност. Какви са те? Отговорът

на стр. 26

КОИ СА НАЙ-ДЕБЕЛИТЕ И НАЙ-СТРОЙНИТЕ НАЦИИ В ЕВРОПА

Международен екип от лекари направи изследване за физическите данни на различните нации в Европа. Медиците анализирали данните на 250 хиляди души от 14 европейски страни. Резултатите показват, че колкото по-висок е средният ръст на представителите на една нация, толкова по-малък е техният индекс на телесната маса. Оказало се, че най-високи и стройни са жителите на скандинавските страни – Норвегия, Швеция и Дания, а най-дебели и с най-нисък ръст – испанците, италианците, португалците и гър-

ците. Французите и британците заемат средни позиции. Учените отбелязват, че наблюдаваното от тях съотношение между индекса на телесната маса на различните народи и тяхното географско положение се обуславя не само от генетичните особености, но и от традициите на националната кухня и екологията. Според специалистите промените в начина на живот през последните 30 години допринасят за натрупването на излишни килограми. Спокойният, заседнал живот е основната причина за сегашната епидемия от затлъстяване на човечеството.



ПУШЕНЕТО В АВТОМОБИЛА Е МНОГО ОПАСНО



от Британската медицинска асоциация, пушенето в автомобила е много по-сериозна заплаха за здравето от из-

хвърляните от ауспусите вредни газове. Специалистите са категорични, че мерките срещу цигарите и алкохола на об-

ществени места трябва да бъдат много строги. Сега те добавиха и пушенето в автомобилите.

LICHENSED - НОВА ФОРМУЛА ЗА ОБЛЕКЧАВАНЕ НА ДИХАТЕЛНИТЕ ПЪТИЩА

Есенно-зимните промени на времето, адаптирането на организма към засядането затрудняват имунната система и тя реагира по-трудно в битката срещу засилената сезонна атака на бактерии и вируси, ако не бъде подготвена и подпомогната. Първите признаци за наличие на вируси са хрема и болки в гърлото.

Lichensed е иновативна формула за облекчаване на дихателните пътища, която помага да се предотврати по-нататъшното влошаване на състоянието на организма, да се избегнат много от възможните по-сериозни последици от атаката на вирусите.

Lichensed освобождава напрежението и отнема болката. Действа резултатно, комбинирайки серия натурални активни съставки, подбрани по правилата и философията на природната медицина и съответно на най-новите, съвременни изисквания и технологии. Формулата на Lichensed включва екстракти от исландски лишей, котешки нокът, бяла ружа, росянка и прополис за максимална ефективност в защитата на дихателните пътища.



Lichensed - балсамов сироп (100 ml) е медицинско изделие, което успокоява лигавиците на първичните дихателни пътища. Като се задържа за лигавицата на устата, той успява още на това ниво да ограничи контакта с външни дразнещи фактори. Сиропът е предназначен за суха и/или продуктивна кашлица (кашлица със секрет).

Lichensed - балсамов сироп за възрастни (150 ml) осигурява също добра бариера – защита на дихателните пътища, като същевременно успокоява кашлицата. Обогатен е освен с екстракт от

бяла ружа и с живовлек.

Lichensed - спрей за нос е медицинско изделие, предназначено за почистване на носната кухина. Съдържа физиологичен разтвор, който благоприятства назалната деконгестия (отстраняването на секрети от носната кухина) и улеснява дишането. Осигурява комфорт и облекчава възпалението на носа. Благодарение на бариерния ефект, дължащ се на полизахаридния компонент, продуктът овлажнява и защитава носната лигавица.

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

ХОРМОНАЛНИТЕ ПРОМЕНИ СА ОСНОВЕН ФАКТОР ЗА ЗАБОЛЯВАНИЯТА НА ПРОСТАТАТА



Д-р Петър ПЕТРОВ, Комплексен онкологичен център, Стара Загора

Доброкачествената простатна хиперплазия и ракът на простатата са едни от често срещаните заболявания при мъжете, като основен рисков фактор доказано е възрастта. След 50-ата година честотата на доброкачествената простатна хиперплазия рязко нараства. А след 80-годишна възраст засяга вече 80% от мъжете.

Доброкачествената хиперплазия на простатата е резултат от хормонални промени, свързани с естественото остаряване на орга-

низма. Крайният ефект от тези промени е, че се завишава концентрацията на тестостерон в простатната жлеза и се усилюва преобразуването на тестостерона в по-

мощна форма, позната като дихидротестостерон. В съвременното сред риските фактори все по-голямо място заема и наднорменото тегло и затлъстяването.

Всеки мъж, който държи на здравето си, трябва да се консултира с уролог поне веднъж годишно и да си прави изследване на нивото на простатноспецифичния антиген (PSA) в кръвта. Симптомите, за които трябва да следи и да не се negliжира, са забавено начало на уринирането, прекъсване на струята, слаба струя, продължително уриниране, чести позиви, наличие на остатъчна урина, изпускане преди уриниране.

Що се отнася до рака на простатата, ранни симптоми почти не се наблюдават, което прави откриването на заболяването в начален стадий доста трудно. Симптомите в повечето случаи се припокриват с изброените по-горе, характерни за увеличената простатна жлеза. Нерядко първите признаци се появяват едва когато туморът е метастазирал в костите. Затова болката в таза може да бъде първа проява на болестта.

Трудно е да се говори за профилактика на злокачествените заболявания. Знаем, че хормоналните промени, свързани с напредването на възрастта, повишават риска от рак на простатата, такива фактори са още тютюнопу-

шенето, излагането на радиация, наследственото предразположение, хроничните неспецифични инфекции на простатата. Много важно е да се акцентира на ранното откриване, което подобрява прогнозата и дава възможност заболяването да бъде излекувано.

Пациентите винаги се интересуват възможен ли е рецидив при пълно оперативно отстраняване на простатата. При оперативно лечение на доброкачествената простатна хиперплазия, независимо от използвания метод, остава простатна капсула и незначителна простатна жлезна тъкан. Това е анатомична предпоставка за евентуално развитие на простатен карцином. Следователно задължително е пациентът веднъж годишно да изследва нивото на простатноспецифичен антиген (PSA) в кръвта и резултатът да бъде коментиран с лекуващия уролог.

При радикално оперативно лечение на простатен карцином е възможно да се появи локален рецидив на анастомозата или тъканите около нея. Проследяването на нивото на PSA при онкологичните пациенти се прави на 3-месечен период, за да може да се реагира своевременно на евентуален биохимичен рецидив, като резултатът се коментира комплексно с лекуващия уролог и онколог.

Palminton

При увеличение на простатата /ДХП/



- Намалява честотата и неотложните позиви за уриниране
- Подобрява струята
- Без странични ефекти

ECPHARM

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

КАМПАНИЯТА „МОЕМВРИ“ И „МОЯТ БАЩА Е МОЯТ ГЕРОЙ“

Три големи имена в българския футбол - Пенев, Вуцов и Панов - застават зад благородната кауза за ранното откриване рака на простатата. „Моември“ идва от компилацията на ноември и мустак, тъй като през месеца мъжете, които искат да участват в кампанията, пускат мустаци. Идеята идва от Австрия и получава популярност в целия свят.

От тази година със съдействието на Българското онкологично научно дружество и федерация „Български пациентски форум“ у нас се провежда кампания за ранна диагностика на рак на простатата под наслов „Моят баща е моят герой“.

Повече информация може да откриете на страницата ни в



Проф. Радослав Гайдарски е доайенът на българската чернодробна и панкреатична хирургия. От 1983 до 2003 г. ръководи Клиниката по жлъчно-чернодробна и панкреатична хирургия на МА. Има над 160 научни публикации. Член е на Световната асоциация по гастрохирургия. Автор на 8 рационализации на оперативна техника. Бил е депутат във Великото народно събрание и министър на здравеопазването (2005-2008). В момента е водещ консултант и хирург в Клиниката по жлъчна, панкреатична, чернодробна и обща хирургия в болница „Токуда“.

ХИРУРЗИТЕ СМЕ МАЛКО КАТО АРТИСТИТЕ – ВСЕКИ МЕЧТАЕ ЗА ГЛАВНА РОЛЯ

● С проф. Радослав Гайдарски разговаря Галина Спасова

Проф. Гайдарски, не сте планирали да ставате хирург, но от такъв специалист е имало нужда в болницата в родния Ви Видин. Кога разбрахте, че съдбата Ви е отредила точното място?

- Чак когато взех специалност. Кое тогава беше нещо извънредно трудно. Скъсах се от четене - беше немислимо да се върна в града, без да съм издържал изпита. Абсурд, всички научават веднага, че си се провалил! Спомням си, че когато се явих, устата ми беше в херпеси, не можех да говоря. И сега не е лесно взимането на специалност, но тогава беше много трудно. Да не говорим как ставаше придвижването в йерархията - да станеш доктор на науките, доцент или професор, това наистина беше трудно.

- Специализирали сте във Франция.

- Да, през 1976-77 г. и тази специализация изигра изключително голяма роля в моето развитие, там направих дисертация за панкреаса. В България тогава не оперирахме черен дроб, панкреас. Тук-там се правеха опити за резекция на панкреатична жлеза. Аз внедрих операциите на черен дроб и особено на панкреас и сега вече тези операции се правят на няколко места в София, във Варна също.

Да се оперира например тумор на главата на панкреаса трябва да владееш 5 вида операции - отстранява се половината от стомаха, маха се жлъчният мехур, изрязва се каналът на черния дроб, изрязва се половината от панкреаса и накрая - петата операция е на дванадесетопръстника. И всичко после трябва да го възстановиш. Това е една от най-трудните операции за целия човешки организъм. Затова е и от последните, широко внедрени в България, вече може да се прави на много места.

- Каква е успеваемостта?

- Много висока. Почти нямаме смъртен случай. И ако има, не е от самата операция на панкреаса или черния дроб, а от настъпили усложнения - бронхопневмония, емболия... Много рядко може при самата операция да се случи техническа грешка. Имаме 4-5% смъртност, което е съпоставимо с числата в световен мащаб. Имаме серии от 50-60 операции без нито един смъртен случай.

- Какво от рутинното днес във Вашата област беше невъзможно преди години?

- Напълно невъзможна беше например трансплантацията на черен дроб. А сега се прави - и то добре - на няколко места. Например много добре тръгнаха във ВМА. Имат страхотна гастроентерология, на много високо ниво - там подготвят болните и после, след операцията, ги отглеждат. Хирургът е водещ в самата интервенция, но подготовката и отглеждането на болния е от изключително значение. Трябва да се прецени как ще понесе интервенцията, какви други усложнения има. Примерно често се случва - пациентът идва за операция на рак на дебелото черво или на стомаха, но има и други тежки заболявания като диабет, прекаран инсулт, сърдечен проблем, които могат в следоперативния период да причинят смъртта му.

За да стане тази операция рутинна, освен на новите технологии го дължим на факта, че имаме достатъчно подготвени хирурзи. И днес трансплантациите не са вече „екзотични“. Но често срещам в медиите, че нещо е извършено „за пръв път в България“. Наскоро прочетох това за операции, правени над 1000 пъти у нас, имаме и защитени дисертации. Трябва да се проверява информацията, защото е излагащо за държавата, сякаш сме аборигени. Единственото, което до

момента не сме трансплантирали, е бял дроб. Това и в света все още се експериментира. Както и присаждането на тънки черва. Много малка е вероятността за успех. Това, което масово се прави в света, също и в България, е присаждането на бъбреци, на черен дроб, на сърце. Няма нещо в областта на трансплантациите, в което да сме изостанали.

- Но те са и много скъпи.

- Финансовият проблем стои остро в България. Където и да е по света, една трансплантация на черен дроб, панкреас, сърце не струва под 200 хил. евро или долара. При нас цената, която плаща касата, е много занижена (от порядъка на 50-70 хил.), останалото е за сметка обикновено на болницата. И когато се правят повече такива операции, затываме финансово. Особено ако настъпят усложнения, което често става при трансплантациите, цената става много висока.

Големите операции би трябвало да бъдат насочвани към клиники с натрупан опит и съответна апаратура

- Продължителността на операцията все още се възприема от хората като мярка за сложността. Така ли е в действителност?

- Няма вече дълги операции. Тази, за която говорих и която включва 5 различни интервенции, в началото е отнемала 10-12-14 часа. Сега, ако не се случи усложнение, се прави максимум за 3-4 часа. Зависи от опитността на хирурга.

- Като говорим за опит, уместно ли е да се съсредоточат най-трудните, изискващи особено висока квалификация, дейности в малко на брой клиники?



- Категорично да. Големите операции би трябвало да бъдат насочвани към клиники с натрупан опит и съответна апаратура. Защото, ако правиш 2-3 операции годишно, няма как да си поддържаш техниката. Това е все едно, ако сравним със спорта, футболист да влиза в игра 3-4 пъти в годината. Друго е да си в играта всеки ден, особено ако си и в силен колектив. Всеки ден за нас е изпитание. Като финал на световно първенство.

- Имате ли подготвена смяна хирурзи и как биха останали в България?

- Да, категорично. В клиниката, в която съм, има 3-4 души, които спокойно работят тази хирургия. И разбира се, около тях също има още лекари, защото работим в екипи. Мотивацията да са тук е, че работят много тежка и сложна хирургия. А ние сме малко като артистите - всеки хирург мечтае да играе главна роля. Ако отиде на Запад, много трудно ще я получи, много трудно. И дори с по-малка заплата, в главната роля човек е морално удовлетворен, че може да е полезен. Твърдя категорично - не е вярно, че най-добрите доктори отиват в чужбина. Най-добрите остават, защото са удовлетворени от работата си тук. По-слабите отиват в чужбина.

Ние, които сме вече с много опит, остаряваме и лека-полека изчезваме. Има и след нас група от подготвени хора, но при следващото поколение тенденцията е да заминават заради ниското заплащане. А в по-малките градчета в Германия, Франция, Англия има голяма нужда от лекари и веднага ги приемат.

- Били сте и администратор, министър, в кои води се чувствате най-добре?

- Най-добре се чувствам в хирургията. Спомням си, че като министър заварих много стари линейки в спешната помощ, най-новите бяха на 10 г. Сменихме 480 коли - много от тях и досега рабо-

тят. Но в деня, когато връчвах ключовете на новите линейки, под снимката ми във вестника целият материал беше посветен на случай с починало дете. Хората искат никой да не умира. Но има заболявания, при които не сме в състояние да помогнем. И така е в цял свят. При нас смъртността се движи в рамките, в които е в страни с десетократно, двайсетократно по-големи финансови възможности. Така че насажда се неблагодарност към лекарите и това много често идва от медиите. Няма по-ругана професия. Такова унижение, на което сме подлагани за най-малкото нещо, няма никъде в света.

Нашето здравеопазване в момента върви добре. Но трябва да се вкарат повече пари. Който казва, че парите са достатъчни, но се пилеят - той е или глупак, или нищо не разбира от здравеопазване. Парите в нашето здравеопазване са недостатъчни - категорично.

- Защо е трудно да се проумее, че заплащането на лекарите трябва веднага и чувствително да се увеличи?

- Трудността идва от това, че всеки министър се бори за повече финансиране, а парите в бюджета са малко. Но има и по-бедни страни от нас с по-големи лекарски заплати. Обществото трябва да го поиска. Защото, ако вървим така, ще дойде момент, когато просто няма да има подготвени лекари. Сега за млад лекар е немислимо да няма кола, да речем. Аз съм си купил кола чак на 12-ата година, апартамент на 20-ата, но те искат тези неща бързо. Ако зависеше от мен, бих въвел със закон завършилият млад специалист да е задължен определен период да работи тук. Не може бедната държава да ти е заплащала образованието в училище, в университета и ти просто да заминеш, без да й дадеш нищо - това не мога да го понеса и мисля, че е абсолютна грешка.

Доброкачествената простатна хиперплазия (ДПХ) е основната причина за поява на симптоми от страна на долните пикочни пътища при мъжете. Тя засяга около 50% от мъжете на възраст между 51 и 60 г. и 90% от тези над 80 г., пише в профила си в CredoWeb д-р Александър Тимев, уролог от „Александровска“. Други заболявания с подобни клинични признаци са стесненията на уретрата и простатният карцином. ДПХ настъпва вследствие на делене на епителните клетки и стромалната тъкан на простатата, което е в пряка зависимост от възрастта и нивата на мъжките полови хормони. Дихидротестостеронът е основният андроген, отговорен за растежа на простатната жлеза.

Симптомите от страна на долните пикочни пътища се разделят на три основни групи:

1. Симптоми на съхранение - нарушено усещане на пикочния мехур, повишена честота на уриниране през деня, никтурия, т.е. учестено уриниране нощем. Неотложност, инконтиненция на урината, т.е. неволево изпускане.

2. Симптоми на изпразване - трудно начало на уриниране, прекъсване на струята, слаба и неустойчива струя, разпръскване на струята, уриниране с напън,

УТОЛЕМЕНАТА ПРОСТАТА СЕ ОПЕРИРА САМО ПРИ МНОГО ТЕЖКИ СИМПТОМИ



изтичане на урината на капки в края на уринирането.

3. Постмикционни симптоми - чувство за непълно изпразване на пикочния мехур, неволево изпускане на урина след края на микцията.

За точна оценка на симптоматиката в клиничната

практика е въведен международен индекс на симптомите за простатата, който представлява въпросник по основните оплаквания на пациентите.

Възможните усложнения, които могат да настъпят вследствие на ненавременно започнато лечение, са най-

често в резултат на количеството остатъчна урина в пикочния мехур и включват: рецидивирани уроинфекции, образуване на конкременти в пикочния мехур, остра задръжка на урината и увреждане на бъбреците.

Диагностиката на ДПХ се базира на анамнестичните данни, ултразвуковото изследване с измерване размера на простатата и количеството на остатъчната урина, палпирането на простатата през ректума, урофлоуметрия и изследване на простатоспецифичен антиген (PSA).

Съвременните методи за лечение позволяват добро контролиране на симптомите и високо качество на живот на болните. Те включват както прием на медика-

менти, които подобряват значително оплакванията на пациентите и намаляват риска от усложнения, така и редица минимално инвазивни хирургични техники за премахване на простатата. Абсолютните показания за оперативно лечение са: остра задръжка на урина, конкременти в пикочния мехур, рецидивирани инфекции на долните пикочни пътища, кървене от простатата, което не може да се овладее с лекарства, и увреждане на бъбречната функция. Хирургично лечение е показано и при пациенти с тежка симптоматика и голямо количество остатъчна урина, които не се повлияват от консервативната терапия и е налице висок риск за настъпване на усложнения.

От 9 до 13 ноември 2015 г. в Клиниката по урология към УМБАЛ „Александровска“ ще се провеждат безплатни урологични прегледи. Желаетелите да се запишат за преглед могат да направят това на телефон 02/ 923 02 04.

Още информация за болестите на простатата и акции с безплатни прегледи можете да намерите на credoweb.bg

Всяка дама трябва да знае, че първият профилактичен преглед за рак на гърдата трябва да се направи още на 18 г. Причина за това е драстичният спад във възрастта и честотите случаи на рак на гърдата при жени под 40 г., пише в профила си в CredoWeb д-р Силвия Йорданова, специалист образна диагностика, Сити Клиник, Варна.

Какво трябва да се знае за прегледите?

- Жени до 40 г. подлежат на ехография.
- Жени над 40 г. подлежат на маммография.

Това е така, защото при жените до 40 г. гърдата е много плътна, каналите са тесни и с плътна тъкан между тях. В тези случаи маммографията няма диагностична стойност. При тази възрастова категория маммографията може да се направи евентуално при наличие на лезия, която подлежи на операция, и този тип образна

НА ПРОФИЛАКТИЧЕН ПРЕГЛЕД ЗА РАК НА ГЪРДАТА ОЩЕ НА 18 Г.

диагностика е нужна като помощ на хирурга. Най-честите патологии, които се наблюдават в тази възрастова категория, са калцификати (микро- и макро-) и кисти.

При жени от 45 до 59 г. основният метод за образна диагностика е маммография. В тази възрастова категория повечето жени са раждали. Стената на каналите се уплътнява и се наблюдава мастопатична компонента, която задължително се наблюдава до 60-годишна възраст. Наблюдава се дискретно отлагане на мастна тъкан, при което гърдите се повдигат и увеличават обема си. В тази възрастова категория ехографията и маммографията вървят ръка за ръка. Нужно е проследяване на всеки 3 до 6 месеца. Най-честата патология са макрокалцификати, които са се образували на мястото на киста, която се дренира.

Наблюдаването на микрокалцификати насочва към специфичен туморен процес. Най-страшното е, че все

по-млади жени страдат от рак на гърдата – има на 25 г., без каквото и да било наследствено предразположение, има и жени на 89 г. При жени над 60 г. гърдата значително се променя. Изчезва уплътняването на каналите, гърдите придобиват едрозърнеста структура, т.е. характерна е една пастъзност, която се обуславя от липсата на хормонална активност.

Всяка уважаваща себе си жена трябва веднъж годишно да прави профилактични прегледи на гърдите си. Като задължително според възрастовите особености на всеки две години – маммография. Възрастова граница вече няма, застраховка няма.

Дамите, които се подлагат на инвитро процедури или хормонозаместващи терапии, трябва да знаят, че се повишава значително рискът от развитие на рак на гърдата. Понякога се случва този процес да се хване и по време на бременност. Тогава обаче няма дилема - изходът е аборт. Бременността увеличава развитието на

карцинома. При небременни жени карциномът достига до трети стадий за 6 месеца, а при бременните този процес драстично се ускорява.

Мъжете също не са застраховани. Да, вярно, случва се много по-рядко, но от голямо значение при тях е употребата на стероидни хранителни добавки, здравословното състояние на простатата и генетичното предразположение.

При започнал туморен процес с редовни профилактични прегледи той може да се хване още от 3 мм или т.нар. нулев стадий. Затова единственият шанс да се открият процесите навреме е да се ходи често на преглед, за да се установи болестта в началото. Ехографията е напълно безвредно изследване. И най-важното - профилактиката на млечната жлеза най-коректно се прави от първия до десетия ден на менструацията.

Още за профилактиката и лечението на рака на гърдата четете на credoweb.bg

40 МЛ КРЪВ СПАСИХА ОЩЕ НЕРОДЕНО БЕБЕ

В изминалия над четвърт век след първата успешна инвитро процедура в България доц. Щерев и неговият екип полагат основите на модерното лечение на безплодието в България с внедряването на най-иновативните методи и технологии, даващи надежда за постигане на радостта от зачеването и раждането на дете дори и на безнадеждните случаи. Лекарите от сектора по фетална медицина работят в тясно сътрудничество с известната школа на проф. Кипрос Николаидес от британската King's College Hospital.

Знаете ли кога се налага вътреутробно кръвопреливане и дали се извършва такава процедура в България

Статистиката показва, че всяка 5-а бременност е застрашена от фетална анемия. При по-голяма част от случаите състоянието се менажира чрез надлежно ултразвуково проследяване, когато може да се предскаже оптималното време за родоразрешаването. При около 2% от случаите обаче се налага вътреутробно кръвопреливане – при анемия, предизвикана от несъвместимост между кръвната група на бременната и плода, т.нар. майчино-фетална несъвместимост. Освен при този конфликт на антигени и антитела (майчино-фетална несъвместимост) друга причина, която може да изисква кръвопреливане, е фетална инфекция, тогава когато бебето бъде заразено чрез пре-

● В Сектора по фетална медицина към Медицински комплекс „Д-р Щерев“ спасяват бебетата още в майчината утроба



минаването на вирус през плацентата. Това може да доведе до разболяване на плода и до състояние на анемия. Възможно е фетално кръвопреливане да се наложи при еднородни близнаци, които споделят обща плацента. Ако поради някаква причина се стигне до загубата на единия плод и това се установи до няколко часа, другият плод показва много тежки признаци на анемия, но може да бъде спасен чрез интраутеринна хемотрансфузия. Понякога при близнаците се стига и до анемичен полицитемичен синдром – едното бебе е с много висок хемоглобин, а другото с твърде нисък. Тогава също се налага вътреутробно кръвопреливане.

Дали анемията ще бъде добре разпозната и оценена зависи от надлежното проследяване. Всяко заболяване има ключови ултразвукови белези. Знаейки, че при предходна бременност плодът е имал белези за анемия, специалистите по фетална медицина трябва да бъдат много по-внимателни при извършва-

нето на ултразвуковия преглед. Те оценяват внимателно кръвотока на средна мозъчна артерия. Още преди 25 г. е установено, че такъв преглед показва дали бебето се нуждае от кръвопреливане. Обикновено лекарите разполагат с 1–2 дни, за да направят всичко необходимо, за да се избегне фетално страдание.

От март 2015 г. досега в Медицински комплекс „Д-р Щерев“ са извършени успешно вече серия от вътреутробни кръвопреливания. Екипът на болницата разполага с опитни и висококвалифицирани специалисти за справяне с тази изискваща „точна ръка“ процедура.

Вътреутробно кръвопреливане в България

В столична болница при преглед в 28 г.с. лекарите установяват ултразвукови белези за тежка фетална анемия. В корема на плода се събира течност, а кръвотокът в средна мозъчна артерия показва две стандартни отклонения за съответната гестационна въз-

раст. Това са сигурни белези, че трябва да се вземе решение за родоразрешение или вътреутробно кръвопреливане, за да се спаси плодът. Заради клиничната картина с описаните симптоми по спешност пациентката е насочена от лекарите за вътреутробно кръвопреливане към Медицински комплекс „Д-р Щерев“ – болница, известна с отличната си материална база, висококвалифициран екип и иновативна съвременна медицинска практика. Екипът на Медицински комплекс „Д-р Щерев“ реагира мигновено и поръчва кръв. Още същия ден, само няколко часа по-късно, е направена животоспасяващата за плода манипулация.

Какво се случва на процедурата

Кръвта е доставена и екип от различни лечебни заведения в състав д-р Ибрям Ибрям от Университетската акушеро-гинекологична болница „Майчин дом“ и оператора на процедурата д-р Петя Чавеева, ръководител на Сектора по фетална медицина към Медицински комплекс „Д-р Щерев“, са готови за интервенцията. Когато кръвта е доставена, медицинските лица я затоплят до около 36 градуса по Целзий. Слагат сакчето с животворната течност на стойка за система и свързват края на системата със специална игла. „С едната ръка държам ултразвука, който беше моето око по време на процедурата, а с другата ръка влязох с иглата през плацентата в пъпната връв, достигайки кръ-

воносния съд. Преди да направя кръвопреливането, взех малко кръв, за да определя каква е степента на анемичното състояние на плода и да изчисля необходимото количество кръв спрямо данните за хемоглобин. Бебето беше около 900 грама. Прецизността в такъв момент е от голямо значение, защото, ако бъде спукана пъпната връв, ще се стигне до загуба на плода – обясни д-р Петя Чавеева. – По време на интервенцията не мислех, че от моята прецизност зависи всичко, една съдба! Мислех само за техниката. Обикновено карам пациентката да ме хване за ръката, така я усещам какво чувства и как реагира, дали ще помръдне, дали се притеснява. В този миг връзката между лекар и пациент е неописуема. Тази физическа емпатия е пациент на проф. Кипрос Николаидес, който ще бъде участник на IX Софийски симпозиум по репродуктивна медицина, провеждан на 6–7 ноември. Техниката е много важна. Случвало се е тъкмо да вкарам иглата и пациентът да подскочи, тогава съм разбрала кога да спра и да изчакам“, припомни си още развълнувана д-р Петя Чавеева.

До края на процедурата на бебето е прелята около 40 мл кръв – достатъчно, за да се стигне до чудото на живота, най-щастливия миг за една жена – раждането на здраво бебе.

За повече информация намерете МК „Щерев“ в www.credoweb.bg

КНИГИ ЗА ОЦВЕТАВАНЕ ЗА ВЪЗРАСТНИ СА СВЕТОВНА СЕНЗАЦИЯ

Знаете ли, че на пазара вече има книги за оцветяване за възрастни? Нещо повече – в САЩ и цяла Европа те се превръщат в мода с грандиозни размери, мания, феномен. Според психолозите обяснението е просто – тези книги съчетават удоволствие с терапевтичен ефект. Специалистите категорично отчитат, че оцветяването намалява нивата на нежелания стрес. „А колкото по-сложен е предпочитеният за оцветяване дизайн, толкова по-добри условия се създават едновременно за гимнастика на ума и отмора на ума и тялото. Работата с цветове и детайли подобрява уменията в областта на фината моторика (координацията очи – ръце), развива сетивата, усета към детайла, увереността и творческите заложби“ – казва психотерапевтът Жанета Христова.

За разлика от детските книжки за оцветяване, при тези за възрастни сюжетите и моделите са много по-сложни, изображенията – по-дребни, с по-фини линии и множество детайли, което осезаемо намалява нивото на нежелания стрес. Затова оцветя-

ването е подходящо за всяка ситуация, която ви създава дискомфорт и напрежение.

Когато чакате важно обаждање, а то все не идва – оцветявайте!

Когато сте разтревожени, объркани, потиснати – оцветявайте!

Когато умът ви е блокирал, а трябва да вземете важно решение – оцветявайте!

Когато имате нужда от интуитивно прозрение – оцветявайте!

Когато отказвате цигарите – оцветявайте!

Когато сте на диета – оцветявайте!

„Ужасно е стресиращо да си болен от рак“, разказва Кристин Федорис, бивш изследовател и майка на три деца. „Но когато имаш това красиво изображение за оцветяване пред себе си, можеш да си мислиш за това къде си бил и къде искаш да стигнеш. Много е отпускателно.“

Още идеи как да се справяме със стреса и любопитни новини – на credoweb.bg





За мястото на ендокринолога в диагностиката и терапията на диабетната полиневропатия, за причините и симптомите на заболяването, както и начините рискът от тежки усложнения да бъде намален, разказва д-р Камен ГЕНОВ от МБАЛ „Авис Медика“, Плевен:

ТЕЖКИТЕ УСЛОЖНЕНИЯ НА ДИАБЕТА МОГАТ ДА СЕ ИЗБЕГНАТ

Ендокринолозите са специалистите, които най-често диагностицират диабетната полиневропатия. При голям процент от пациентите със захарен диабет тип 2 диабетната полиневропатия се установява едновременно с поставяне на диагнозата захарен диабет. От друга страна, пациентът със захарен диабет сравнително често посещава специалиста по ендокринология и болести на обмяната, който има подготовката да диагностицира и лекува усложненията на захарния диабет.

При хората със захарен диабет се установяват увреждания както на нервните, провеждащи импулси за движенията и усещанията, така и на нервните на автономната нервна система (която човек е в състояние да

контролира само в ограничена степен). Най-често се засягат крайниците, което може да означава намалена чувствителност, но също така и неприятна свръхчувствителност дори към най-малки дразнения. Също така се засяга в различна степен и двигателната функция. Поради уврежданията на автономната нервна система се засягат сърцето и съдовете, стомахът и червата, нарушава се функцията на потните жлези на лицето, шията и другите части на тялото, намалява се способността за постигане и поддържане на ерекция при мъжете.

При диабетите много често се наблюдава периферната полиневропатия, която е особено изразена в долните крайници. Обяснението е, че недобре контролираните нива на

кръвната захар и метаболитните промени увреждат нервите и нервните окончания. Неврите на долните крайници са с най-голяма дължина и затова най-често и в най-голяма степен страдат от нарушена проводимост.

Основни причини за развитието на диабетната полиневропатия са увреждания на обвивката на нервите и нервните окончания, причинени от редица метаболитни промени, свързани с високата кръвна захар, уврежданията както на големите, така и на малките кръвоносни съдове. При хората със захарен диабет се установява и недостиг на редица минерали (сред които магнезий, хром), витамини - В₁, В₆, В₁₂, С, А, Е, и на други вещества (коензим Q10, алфа-липоева киселина, инозитол и др.).

Захарният диабет тип 2 е заболяване, което в началото може да протича без изразени оплаквания. Този „скрит“ период може да трае месеци и години, през които обменните нарушения и повишената кръвна захар увреждат съдовете и нервите. Диабетната невропатия може да се развие още преди поставяне на диагнозата захарен диабет и при negliжиране на състоянието да настъпят сериозни увреждания,

включително и т.нар. диабетно стъпало.

Най-честите симптоми на диабетната полиневропатия са нарушена чувствителност, мравучкане, изтръпване, парене, болка в крайниците, на по-късен етап - намалена до липсваща чувствителност. Често има и слабост при движения на пръстите, стъпалата, а понякога и на големите мускули на крайниците. Увреждането на автономната нервна система се изразява в намалена възможност за физическа активност поради нарушена регулация на сърдечната дейност, киселини, намален апетит, запек и по-рядко диария; неприятно изпотяване на лицето (особено при хранене) и намалено изпотяване в други области, което намалява поносимостта към топлината.

Много важни са грижите, които могат да минимизират риска от развитие на диабетно стъпало. На първо място е оптимизирането на нивата на кръвната захар и на метаболитния контрол. Всяка вечер да се оглеждат краката за изменения или рани, като при необходимост се използва огледало. При установени промени пациентите да се обърнат към лекар. Да не се ходи бос и да се използват удобни обувки и подхо-

дящи чорапи. Необходимо е да се поддържа добра хигиена на краката, а при суха кожа да се използва овлажняващ крем. На пушачите препоръчваме да спрат цигарите.

За подобряване на състоянието при хората с диабет прилагаме с успех и „Алфалипомакс“. Съдържащата се в него алфалипоева киселина е антиоксидант, който намалява пораженията от свободните радикали. Тя вероятно подобрява и кръвоснабдяването на нервите. Тъй като при пациентите със захарен диабет тип 2 дефицитът на алфа-липоева киселина е доказан, тя може да се използва и като профилактика на диабетната полиневропатия. В „Алфалипомакс“ са включени още т.нар. невротропни витамини В₁, В₆, В₁₂ и фолиева киселина. В комбинация те взаимно потенцират ефектите си и резултатът е както намаляване на болките и неприятните усещания, така и подобряване на сетивността и функционирането на автономната нервна система. За осигуряване на оптимално лечение е необходимо да се приема 2 пъти дневно по 1 капсула „Алфалипомакс“ за срок от поне 3 месеца.

α-Lipomax

60 капсули

● Алфалипоева киселина

● Фолиева киселина



Доказан ефект при:

- Диабетна полиневропатия
- Добавените витамини В₁, В₆, В₁₂ и фолиева киселина облекчават състоянието и намаляват болката и изтръпването
- Изразен антиоксидантен ефект

ЕСOPHARM

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

Според последните статистики заболялите от диабет в Европа са 60 милиона, или 10,3% от мъжете и 9,6% от жените над 25-годишна възраст. Високата кръвна захар убива около 3,4 милиона души годишно, почти половината са хора на възраст под 70 години. Прогнозите са смъртните случаи, причинени от диабет, да се удвоят до 2030 г.

Диабет тип 2 може да бъде диагностициран в ранен стадий лесно чрез кръвен анализ. Въпреки това 50% от хората с диабет може да са недиагностицирани.

Усложненията на диабета са предотвратими чрез контрол на кръвната захар и профилактика.

Във връзка със Световния ден за борба с диабета от 9.11 до 14.11. можете да намерите „Алфалипомакс“ на промоционална цена в следните аптеки:

гр. Бургас
Аптеки „Фаркол“
Аптека „Бургас“
ул. „Христо Ботев“ 1
Аптека „Здраве“
ул. „Св. св. Кирил и Методий“ 3
Аптека „Трапезица“
к/с „Братя Миладинови“,
ул. „Шар планина“ 23
Аптека „ДКЦ-1“,
ул. „Стефан Стамболов“ 73,
в ДКЦ-1 (бившата сезонна
в Слънчев бряг)
Аптека „Демокрация – Фаркол“
– кв. „Братя Миладинови“
бл.117, вх.11
Аптека „Славейков“
к-с „Славейков“, бл. 146, вх. А
(аптека „Красимира Благоева“)

гр. Българово
Аптека „Българово“,
ул. „Първи май“ 10
гр. Малко Търново
Аптека „Малко Търново“,
ул. „България“ 28, бл. 9, вх. А, ет. 1

гр. Шумен
Аптеки „Блажев“:
ул. „В. Априлов“ 61
ул. „Панайот Хитов“ 2
ул. „Васил Друмев“ 19 Д
Аптеки „Беркут“:
бул. „Велики Преслав“ 1
бул. „Велики Преслав“ 28,
„Сити център“
бул. „Мадара“ 30



Отдавна е известно, че през есента и зимата се обострят всички хронични заболявания на опорно-двигателната система. Причините за това са разнообразни, но сред най-често посочваните са свиването от ниските температури на повърхностните кръвоносни съдове и свързаното с това намалено кръвоосъсяване на ръцете и стъпалата; влиянието на промените в атмосферното налягане върху херметично затворените ставни капсули; снижаването на физическата активност, което води до по-лошо изхранване на ставните хрущяли.

През студения сезон по-често настъпват и остри болкови кризи, причинени от т.нар. дискова болест – различна степен на притискане на нервните коренчета, излизайки между прешлените на гръбначния стълб. Отделно от всичко това пациентите с хиперурикемия (високи нива на пикочната киселина в кръвта) и с изявена подагра са застрашени от нови и по-тежки пристъпи в края на годината заради съдържанието на много пурины в ястията от традиционната зимна трапеза – месо, животински вътрешности, туршии, червено вино и бира.

Нормалната реакция на всеки пациент с болки от различен произход в костите, ставите и мускулите е да започне приема на болкоуспокояващи медикаменти. Важно е обаче бързо да се установи конкретната причина за болките и след това да започне съответното лечение. В някои случаи се налага първоначално или паралелно лечение на отключващото заболяване, напр. прием на антимикробен медикамент, ако кризата е възникнала в хода на инфекциозно заболяване, или на препарат за намаляване на пикочната киселина, когато става въпрос за подагра.

Приемът без лекарско предписание на перорални препарати против болка е допустим за кратко време и при стриктно спазване на до-

зовия режим, посочен в листовката. А когато човек има придружаващи заболявания, задачата как безопасно да се преодолява болезнеността не е много лесна.

Винаги трябва да се спазва правилото да се започва от възможно най-лекия медикамент в най-малката ефективна доза и при липсата на достатъчен ефект първо да се увеличи до допустимото дозата, а след това евентуално да се смени медикаментът или да се добави втори.

Едни от най-често използваните лекарства при болки в опорно-двигателния апарат са нестероидните противовъзпалителни средства. Те са доказали своята ефективност както при болки в хода на хронични възпалителни и дегенеративни заболявания – артрити и артрози (шипове), така и при остри травми – навяхвания, изкълчвания, разтежения, натъртвания. Нестероидните препарати бързо овладяват състоянието, защото действат комплексно и срещу болката, и срещу възпалението. Но продължителният им прием не е желателен заради дразненето, което могат да предизвикват в стомашно-чревния тракт, възможността да повлияят на функцията на черния дроб при по-високи дози, алергични реакции при някои хора, потенциално увеличаване на кръвното налягане, особено при възрастни пациенти с хипертония. Затова добра алтернатива на приема на таб-

ИМА НАЧИН ЗА ПРОДЪЛЖИТЕЛНО ОБЕЗБОЛЯВАНЕ БЕЗ СТРАНИЧНИ ЕФЕКТИ

летки е външното приложение на нестероидни противовъзпалителни средства. Те се предлагат под формата на кремове, унгвенти, но с най-добро проникване е гелообразната форма. Специално за подобряване на проникването на гела в дълбочина в тъканите са създадени комбинирани продукти, съдържащи активна съставка, атакуваща бол-

ката и възпалението, както и левоментол. Левоментолът не само увеличава концентрацията на гела в дълбочина, но самият има противоболково и локално охлаждащо действие, поради което облекчението настъпва значително по-бързо. Продуктите с локално приложение ограничават опасността от странични ефекти, свързани със стомашно-

чревния тракт, които са възможни при вътрешен прием на нестероидни лекарства. Много често лекарят предписва първо едновременно пиене на таблетки и мазане с локален препарат, след което пациентът да остане продължително време само на гелообразния продукт. Целта е в началото болката и възпалението да се атакуват

максимално, а след това оздравителният ефект да се поддържа безопасно чрез външно третиране на засегнатия участък. Някои пациенти с хронични болки, например от подагра и артрити, с месеци прилагат нестероидни гелове, като значително облекчават състоянието си, без да влошават придружаващите си заболявания.

Ибудолор Дуо

Ибупрофен

- Болкоуспокояващо и противовъзпалително действие;
- Намалява отока, свързан с възпалението.

ДВОЙНО ДЕЙСТВИЕ

Левоментол

- Подпомага действието на активната съставка ибупрофен;
- Приятен охлаждащ ефект при приложението му върху кожата.

Кога да прилагаме Ибудолор Дуо?

За облекчаване на болката и възпалението при:

- Ревматични и мускулни болки;
- Болки в гърба;
- Навяхвания и разтежения;
- Спортни травми;
- Лека форма на артрити.

Лекарствен продукт без лекарско предписание.
За възрастни и деца над 12 години.
Преди употреба прочетете листовката.
A94/30.04.2015



Actavis

Непреодолимото влечение към сладки храни е основното препятствие за постигане на идеални пропорции. Две от най-известните диетоложки са разработили свои методи, които могат да ви помогнат да се отървете от тази зависимост.

Методът на Ан Ричи

Специалистът по здравословното хранене Ан Ричи е измислила четиристепенна система за отказване от сладкото.

Първи етап: Съставяне на месечен план

Преходът към нов начин на хранене трябва да е плавен, за да се минимализира стресът за организма. На този етап трябва да повярвате, че ще успеете и ще вложите максимални усилия, за да изпълните начертаната програма в срок.

Втори етап: Устано-

вяване на главните източници на захар

Установете кои продукти в диетата ви са основните източници на захар. Такива могат да бъдат както шоколадът и сладкишите, така и концентрираните сокове и безалкохолните напитки. След като определите главните вредители, пристъпете към поетапен отказ от тях. Например, ако обикновено слагате в кафето и чая по 3 лъжички захар, намалявайте постепенно количеството, така че в края на седмицата да прибавяте 2 лъжички, а след още една седмица - само една. Същото се отнася и за другите продукти: шоколадовото блокче в обедната почивка да се замести до 1 седмица с малко натурален шоколад.

Трети етап: Преминане към натурални продукти



Често, за да пестим време, хапваме набързо нещо като фитнес блокче или сладко плодово кисело мляко. Съдържанието на подобни продукти е концентрирана нискокачествена захар. Приучете се да приготвяте сами закуските от натурални продукти, за да контролирате съдържанието на захар и да намалите забележимо

неговата употреба в дългосрочна перспектива.

Четвърти етап: Пълноценен сън

Недостигът от няколко часа сън може да повлияе съществено на количеството и качеството на приеманата храна, и то по-най-лошият начин. Това е научно доказан факт. Осигурете си 7 часа пълноценен сън.

на продуктите с високо съдържание на захар с аналогични продукти със средно съдържание на захар

На този етап системата на д-р Върджин не лишава напълно организма от захар. Достатъчно е да се изберат продукти с по-малко захар. Например макарони от елда вместо пшенични, портокали и ябълки вместо банани и грозде.

Втори етап: Съкращаване на употребата на фруктоза

Според теорията на д-р Върджин именно на този етап организмът на повечето хора преминава от преработването на захарта в енергия към преработването на мазнините в енергия.

Следващата стъпка е минимизирането на постъпването в организма не само на бялата захар, но и на нейния натурален аналог - до 5 грама дневно. Целта е да се пренастроят вкусовите рецептори така, че те отново да започнат да усещат сладостта на храната. Тъй като основният източник на фруктоза са плодовете, на този етап те трябва да се изключат от менюто.

чат от менюто.

Трети етап: Пробваме да приемаме отново захарни продукти

Следващата стъпка е да се провери дали организмът се е пренастроил да преработва мазнините. Затова включете в менюто продукти със средно и дори високо съдържание на захар. Този метод е психологична уловка. Очаква се, че при пълно пренастройване на организма да преработва мазнините вместо захарта, след ядене на сладко се усеща дискомфорт. Повечето хора откриват голяма разлика между състоянието им при лишаване от захар и симптомите след приемането на сладка храна и влечението им към продуктите със захар напълно изчезва.

Четвърти етап: Утвърждаване

На финалния етап в менюто отново се включват продукти със средно съдържание на захар, а понякога и парче торта. Разликата е, че при първата хапка от сладкиша вече няма да се усеща желанието за поглъщане на целия сладкиш.

ГРИПЪТ ВЕЧЕ НЕ Е ТОЛКОВА СТРАШЕН!

ГРИП

ИМУНИТЕТ
Хранителна добавка

Lacto4VIP

Живи лактобацили

ПРОФИЛАКТИКА
И ЛЕЧЕНИЕ

**Антивирусни
препарати**

ОТПАДНАЛОСТ
И УМОРА

Хранителна добавка

Ambinor

Ампули за пиене

ДИХАТЕЛНИ
ПЪТИЩА

Хранителна добавка

N-Ti-Tuss

Комбинация от 7 билки

.....> виж на credoweb.bg

Методът на Дж. Дж. Върджин

Комплексът на д-р Върджин също включва 4 етапа, но се различава с цикличния си характер.

Първи етап: Замяна

ЛЕЧЕБНАТА ХРАНА „СИРИУС-Д“ ИМА НЕЗАМЕНИМ ЕФЕКТ

д-р Петър ПЕТРОВ,
гастроентеролог, кмн

Самият аз боледувах дълго от гастроезофагеален рефлукс, с разязвявания в храносмилателния тракт. Нищо не помагаше. Докато не започнах с продукта „Сириус-Д“. Раните и язвите изчезнаха, до 2 месеца рефлуксът затихна, сънят ми се успокои. Започнах да използвам тази суперхрана при лечението на много мои пациенти успоредно с прилагане на класическата медицина. Има незаменим ефект при сращения след операции. Гранулозно-фиброзната тъкан се резорбира, възстановява се съединителната тъкан. А защото тя е навсякъде, ефектът е за целия организъм. „Сириус-Д“ помага при ерозивен гастрит, улцеро-хеморагичен колит, язви - премахва всички видове рани.

Имам много описани случаи на подобрение след 3-4 месеца прием: например с пациент със загнила горна челюст, определен за кюртаж след 6

месеца. Приемал храната „Сириус-Д“ заради очни проблеми - перде и дегенерация на ретината. Оказва се, помогнала е на зрението, но и за възстановяване на челюстта. Жена на пенсионна възраст прибегва до лечебната храна заради гонартроза. Ефектът е възстановяване на хрущялната тъкан на всички стави - колене, таз, гръбначен стълб. Успоредно се получава отпушване на кръвоносните съдове, кардиолозите го констатираха с изненада. Пациент с глаукома, с очно налягане 32 мм, успя да го нормализира до 6 мм. Документирал съм и случаи на невероятен резултат - само след 7 месеца прием при колега - лекарка със заболяване множествена склероза. Както и при хора с чернодробни проблеми - цироза, стеатоза, стеноза. Тази храна е незаменима при шипове и кисти, влияе добре и при диабет и при паркинсон. Противопоказания няма. Курсът на лечение е индивидуален.



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“.

ДЕЦАТА ИНДИГО – СТЫПКА НА ЧОВЕЧЕСТВОТО КЪМ НОВО СОЦИАЛНО СЪЗНАНИЕ

Стивън Хокинг, един от най-големите умове на нашето съвремие, дава следната дефиниция за съвременните деца, които някои наричат „странни“, а други - „специални“. Той казва: „Това са новите меси, които ще помогнат на човечеството да намери нови, по-хуманни, по-справедливи ценности, като по този начин преоткрие смисъла на живота“. Медиатори към нова житейска осмисленост – така биват възприемани децата, които повече хора познават под вече по-широко разпространение определение „деца индиго“.

Теориите за тяхната поява са различни

Специалисти езотерици лансират хипотезата, че човечеството навлиза в нов космически цикъл, характеризира се с повишена вибрация, водеща до духовна трансформация. Тази духовна трансформация се явява съществена за оцеляването на хората, които в голяма степен посредством приковаността си към грубия материализъм и себевгълбяването се тласкат към самоунищожение.

Те приемат индиговите деца за мост към новия тип духовност. Твърдят, че „новите деца“ са пионери в новата матрица, за която се изисква сериозна еволюционна стъпка в израстването на човешкото съзнание. Пионери в груповия проект на Вселенския разум, свързан с духовното израстване на човечеството „на планетата на свободния избор“.

Според друга теория децата индиго са резултат от технологичната еволюция, последствие от развитието на технологиите и масовата компютризация. Явяват се продукт на технологичната еволюция, която без съмнение има огромен принос към разширяване на човешкото знание и всеобхватност на комуникация, излизаща от границите на време и пространство. Този технологичен прогрес, от една страна, води до стремглав напредък, но от друга, ощетява частично духовността, относима към ценности като любов, състрадание, грижа, елементарна човечност. В чести случаи води до социална алиенация и неразбиране на индивида.

Защо „индиго“?

Смята се, че първите деца от „нов вид“ се раждат през 70-те години на XX век и биват наречени „индиго“ заради цвета на аурата, която притежават. Аура наричаме енергийната, светлинната обвивка на тялото, показана технически за първи път чрез Кирлиановата фотография. Според научните данни това ново поколение хора има аура в индигов цвят, което говори, че те са специални индивиди. Определението „индигови деца“ е да-

дено от Нанси Ан Тапе, която работи в областта на синестезията през 1970 г. Впоследствие концепцията е доразвита от Джан Тоубър и Лий Карол. При изучаването им е регистриран висок коефициент на интелигентност, както и много по-висока електромагнитна честота, излъчвана от телата индиго. Установено е, че тези деца се раждат с еднакво развити полукулба на мозъка и ползват от него повече от нормалните 3-4%, като водеща е дясната половина, която се свързва не само с емоциите, образните форми, творчеството, с безсловесната информация, синтеза, но и с екстремната свръхсетивна информационна работа на мозъка. Те притежават различен имунитет и изумителни способности, определяни до днес като паранормални.

Свръхчувствителността им и силно изразената емоционалност обаче ги правят податливи на депресивни състояния и това е сигнал, че в общуването с тях са необходими прояви на внимание и разбиране, а не потискане на спецификите на този уникален модел нови хора със специално усещане и отношение към Вселената. От съществена важност е такова дете да бъде разпознато като различно, а не като бавно адаптиращо се.

Мисията на тези деца, изводима от тяхната специфика, е в ускоряването на човешката еволюция, в разкриване на пълния капацитет от духовни сили на хората. Бунтари, притежаващи изключителна динамичност и специални заложби, те идват, за да разчупят догматичните рамки на остарялото, да разрушат правилата и онази социална нормативност, които вече нямат всеобща валидност. Явявайки се носители на вътрешното знание за правилно/грешно, индиговите деца са гидът на човечеството по пътя на промяната към духовно съвършенство.

Текстът е от сайта
на вестника
www.jivotatdnes.bg

ЖИВЕЙ ЗДРАВΟΣЛОВНО, КУПУВАЙ ИЗГОДНО!



„Реставит Макс“ 30 капсули + 15 подарък

„Реставит Макс“ е балансирана формула от хондропротективни вещества, които подобряват ставните функции и устойчивостта на ставите. Има благоприятно действие при болки и заболявания на опорно-двигателната система. Защиатава, подхранва и връща движението!

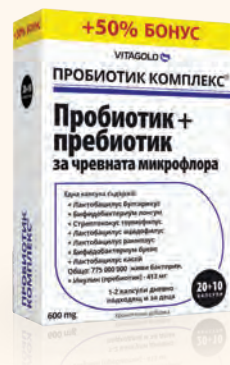
Само сега в тази промоционална опаковка „Реставит Макс“ получавате допълнително **15 капсули БОНУС**, които са достатъчни за още **7-15 дни!**



„Виногин“ 60 капсули + 30 подарък

„Виногин“ подобрява кръвооросването на мозъка и крайниците, подпомага мозъчните функции и спомага за правилното функциониране на нервната система и мускулите.

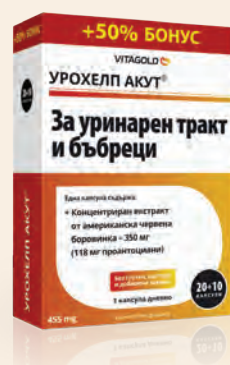
Само сега в тази промоционална опаковка „Виногин“ получавате допълнително **30 капсули БОНУС**, които са достатъчни за още **30 дни!**



„Пробиотик Комплекс“ 20 капсули + 10 подарък

„Пробиотик Комплекс“ е мощен пробиотик, който съдържа 7 различни вида полезни бактерии. Допринася за нормалното функциониране на стомашно-чревния тракт и балансира чревната микрофлора. Във формулата е добавен инулин(пребиотик) за максимално действие.

Само сега в тази промоционална опаковка „Пробиотик Комплекс“ получавате допълнително **10 капсули БОНУС**, които са достатъчни за още **5-10 дни!**



„Урохелп акут“ 20 капсули + 10 подарък

„Урохелп акут“ е продукт с високо концентриран екстракт от Американска червена боровинка. Блокира прикрепването на болестотворни бактерии за стените на пикочните пътища, спомага за изхвърлянето им от организма и ограничава развитието на инфекцията още от първия ден на приема.

Само сега в тази промоционална опаковка „Урохелп Акут“ получавате допълнително **10 капсули БОНУС**, които са достатъчни за още **10 дни!**

от **VITAGOLD**

ТЪРСЕТЕ ВЪВ ВСИЧКИ АПТЕКИ! ПРИ ЛИПСА, ПОРЪЧАЙТЕ НА СВОЯ ФАРМАЦЕВТ!
ЗА ПОВЕЧЕ ИНФОРМАЦИЯ: www.vitagold.bg; тел: 0886 73 63 63

Доц. д-р Димитър ПОПОВ

Дюлята безспорно е един от прекрасните плодове на сезона. Нейните полезни свойства са били познати още в дълбока древност.

Знаменитият лекар на древността Абу Али ибн Сина, по-известен като Авицена, смятан за баща на медицината, е препоръчвал дюлята като ефективно средство при стомашно-чревни проблеми, за пречистване на черния дроб, както и като общоукрепващо организма средство. За подсилване на действието ѝ той съветвал да се добавя пчелен мед. От Гърция дюлята била пренесена в Тракийската низина и древния Рим, откъдето се разпространила из все още „варварска“ Европа.

Дюлята (*Cydonia oblonga*) е листопадно дърво или храст от семейство Розоцветни (*Rosaceae*), което достига височина до 4-5 м. Цъфти през април и май и плододава в средата на есента - края на октомври. Плодовете му са яркочълти, покрити с фин мъх. Най-често са с крушовидна форма, но съществуват и разновидности.

Съдържанието на въглехидрати в дюлята нерядко достига до 15 г/100 г, основната част от които съставляват фруктоза, глюкоза и захароза. Количеството на протеините е минимално - 0,4 г/100 г, както и това на липидите - 0,1 г/100 г, които са почти изцяло полиненаситени. Високото съдържание (около 1,9 г/100 г) на фибри, главно пектинови вещества, обуславя изключително благотворното въздействие на този плод върху стомашно-чревния тракт. Забавяйки изпразването му, те способстват за запазване по-дълго на чувството за ситост, което има за последствие намаляване на количеството на приеманата храна, т.е. води до по-стройна и елегантна фигура. Наред с това **тези разтворими фибри подпомагат елиминирането на редица токсични вещества от организма** (холестерол, жлъчни киселини, карбамид, тежки метали, радионуклиди и т.н.), подпомагайки по такъв начин неговата детоксикация. Съществуват и убедителни доказателства за противодействието на пектиновите вещества на развитието на рак на дебелото черво.

Възкиселият вкус на дюлите се дължи на значителното съдържание на



ДЮЛЯТА – „ЗЛАТНИЯТ“ ПЛОД НА ЕСЕНТА

органични киселини - лимонена, ябълчна, винена, тартронова и др. Изключително ценна е тартроновата (оксималоновата) киселина, която има уникалната способност да инхибира (препятства) превръщането на неутилизираните от организма въглехидрати в мазнини, които се натрупват на най-неподходящи места в тялото.

Процесът на липогенеза (синтез на мазнини) е един от съществените, водещи до наднормено тегло и затлъстяване.

За съжаление спрямо вече натрупаните мазнини тартроновата киселина е слабоефективна, но затова пък действа изключително ефективно срещу нарастването на съществуващите мастни депа. Високата температура разрушава тази киселина-чудо, поради което радете-лите на стройната фигура трябва да се примирят с киселия и тръпчиво-стипчив вкус на пресните, непретърпели термична обработка, плодове. Апропо, тръпчивият вкус на дюлята се дължи на значителното съдържание на полифеноли (катехини, епикатехини, фенолни киселини, танини), които имат мощно антиоксидантно действие и защитават слизистите обвивки на организма от развитието на ракови клетки.

Тези вещества са причина за наблюдаваното бързо покафеняване на късчетата дюля след разрязването ѝ.

Процесът е известен като ензимно покафеняване. Протича под действието на кислорода и се катализира от специфични ензими - т.нар. полифенолоксидази, които се

съдържат в плода. Получените продукти - меланините, са кафяви на цвят и представляват полимери на окислените продукти на полифенолите. За предотвратяването на този процес е достатъчно потапянето на резенчетата дюля в подсладена вода (за елиминиране на достъпа на кислород) или на пръскване с лимонов сок, който води до понижаване на рН до стойности, при които окислението на полифенолите не протича.

Дюлите съдържат редица важни за човешкия организъм витамини - А, В₁, В₂, В₃, В₅, В₆, В₉, С, Е, К, и минерали - калий, калций, магнезий, мед, желязо, цинк, фосфор, селен и др. За отбелязване е особено високото съдържание на желязо - повече от ябълките и крушите. В 100 г дюли се съдържат две дневни дози от този изключително важен химичен елемент. Поради наличието и на другия „кръвотворен“ елемент - медта, дюлите са ефективно средство срещу малокръвие. Това тяхно свойство - да активизират кръвотворния апарат, е особено важно за бременните жени. Дюлите са полезни за тях и поради способността им да предотвратят тъй неприятните позиви за повръщане.

Наличието на голям брой витамини и минерали предопределя добрите диуретични качества на тези плодове,

чиято консумация е особено полезна за страдащите от високо кръвно налягане, бъбречна недостатъчност и отоци. Мощният антиоксидантен комплекс в дюлите, съста-

вен от флавоноиди, полифеноли, витамин С и витамин Е, има целебно въздействие при нарушения на функциите на нервната система. В частност оказва антистресов ефект, способства за снемане на нервното напрежение, за подобряване на настроението и вдъхване на оптимизъм. Съществува информация и за неговото благотворно действие при депресивни състояния у децата.

Съдържащите се в дюлите органични киселини в съчетание с редица други биологично активни вещества - витамини, антиоксиданти, полифеноли и минерали, ги правят изключително ценно козметично средство.

Маските от месецата им част имат превъзходни антисептични и подхранващи кожата свойства

и нерядко се справят успешно дори и с упоритото акне. Специфичният аромат на дюлите се дължи на етиловите естери на енантовата и пеларгоновата киселина, които се съдържат в тънката, покрити с въсьчен налеп кожа на плодовете. Затова за запазване на този приятен аромат при приготвянето на компоти за предпочитане е дюлите да не се белят.

Поради високото съдържание на полифеноли, както и на вещества с изразени антисептични свойства, компресите с дюлев сок в значителна степен облекчават страданията на хора с фурури и хемороиди.

Дюлите са нискокалоричен продукт - тяхната енергетична стойност е малко под 60 ккал (251 kJ)/100 г.

Археологически находки свидетелстват, че дюлята е едно от първите растения, култивирани от човека. За нейна родина се приемат земите на днешния Иран. От Иран тя била пренесена в процъфтяваща древна Гърция, където се сдобила със статута на любовен еликсир. Гърците вярвали, че дюлята е любим плод на богинята на любовта и красотата Афродита, затова по време на брачната церемония на младоженците давали да вкусат резенче от ароматния плод, който да им дари любов и плодovitост. Редица изследователи са на мнение, че не ябълката, а по-вероятно дюлята е забраненият плод в Райските градини, който, изкусена от змията, е вкусила Ева. Същите изследователи смятат, че ябълката на раздора, която Парис дал на Афродита в замяна на любовта на хубавата Елена и това довело до Троянската война, всъщност е била... дюля. Култивирането на ябълката се отнася към VI век преди н.е., а Троянската война се води през XIII-XII век преди Христа...

Гликемичният им индекс е нисък - едва 35.

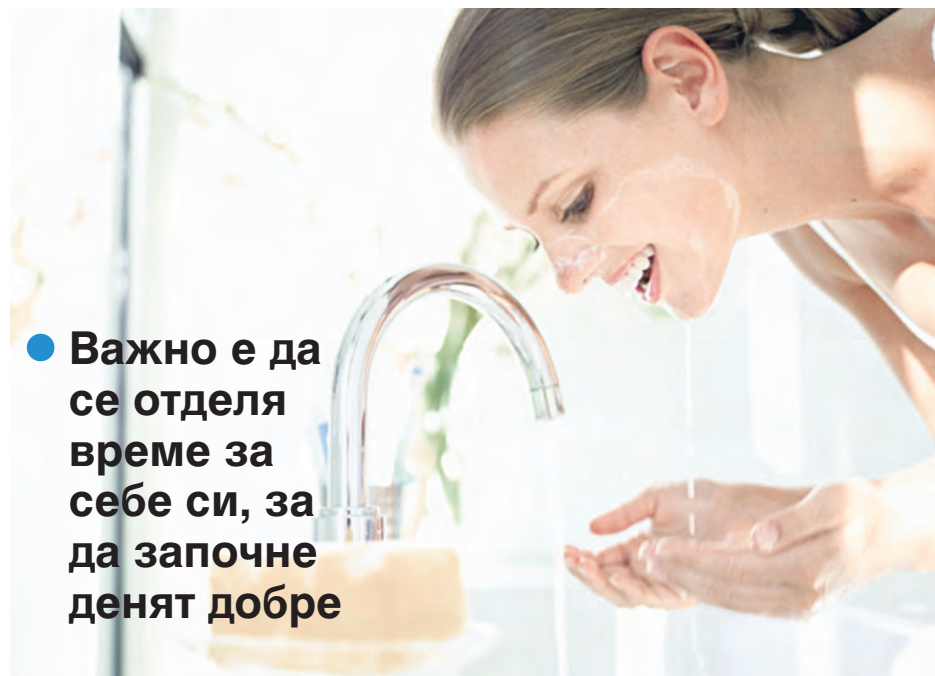
Добре е да се знае, че семената на дюлята съдържат гликозида амигдалин, който в организма се разпада с отделяне на изключително токсичната циановодородна киселина. Това означава, че те следва задължително да се отстранят при приготвянето на каквито и да са кулинарни продукти от този плод.

Дюлите намират изключително широко приложение в кулинарията. Компотът, сладкото и желето от дюли са познати от години еликсири на нашата трапеза. Наред с това в българската, а и в световната кухня съществуват множество изкусителни рецепти, съчетаващи отличните вкусови качества на дюлята с различни видове месо - дивечово и от домашни животни. Сезонът на дюлите вече настъпи, т.е. време е да се възползваме от уникалните свойства на „златните“ плодове на есента.

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“.

gropov_bg@yahoo.com

5 ГРЕШКИ, КОИТО ЖЕНИТЕ ЧЕСТО ДОПУСКАТ СУТРИН



- **Важно е да се отделя време за себе си, за да започне денят добре**



1. Измивате лицето си с гореща вода

Лицето има нужда от студена вода, за да затегне порите и да събуди кожата, като активизира кръвообращението. Горещата вода разширява кръвоносните съдове и причинява зачервяване. Изключително вредно е, особено ако сте предразположени към акне. За да се справите бързо с тъмните кръгове под очите и торбичките, обтрийте околоочната област с кубче лед.

2. Не измивате ръцете си

Много хора смятат, че щом са се изкъпали вечерта, сутринта ръцете им са чисти. Това съвсем не е така. Когато се събудите сутрин, първото нещо, което трябва да направите, е да измиете ръцете си, защото по тях има микроби, които при неизмити ръце ще преминат върху лицето ви.

3. Нанасяте дневен

крем върху околоочната област

Тази зона е много чувствителна и нежна, затова обикновеният дневен крем не е подходящ за нея. Има специални кремове, които хидратират кожата около очите и запазват нейната еластичност и свеж вид.

4. Гримирате се на изкуствена приглушена светлина

Пред огледалото на тоалетката с пусната нощна лампа, в банята

или в коридора - навикът да се гримирате на изкуствена приглушена светлина може да ви изиграе лоша шега, когато излезете навън. Ефектът, който на изкуствената слаба лампа ви се е струвал приемлив и дори семпъл, под слънчевите лъчи може да ви направи да изглеждате като клоун.

5. Не пиете вода

Препоръчително е веднага след като се събудите, преди да закусите и да изпиете сутрешното си кафе, да изпиете чаша хладка вода, някои диетиолози твърдят, че тя трябва да е гореща. Така ще стимулирате кожата и целия организъм, избягвайки обезводняване и сухи устни. Добавете и малко лимонов сок за сутрешна доза витамин С.



Ако добрият и здравословен външен вид е ваш приоритет, влезте в сайта www.jivotatdnes.bg

ПРОБЛЕМИ СЪС ЗДРАВЕТО?

КРАЙ НА ЦИСТИТА С НОВИЯ „ЦИСТИКЛИЙН“!

Единствената алтернатива на антибиотиците!

Единственият клинично доказан продукт!
С най-високо съдържание на РАС (240 mg)



СПИРА БЪРЗО И ЕФЕКТИВНО ЦИСТИТА

Блокира закрепването на бактериите Ешерихия Коли към стените на уринарния тракт и бързо ги изхвърля от организма с урината, като по този начин спира развитието на инфекцията при чести рецидивни форми на цистит.

СПИРА ЧЕСТОТО УРИНИРАНЕ

СПИРА ПАРЕНЕТО И БОЛКАТА

КЛИНИЧНО ТЕСТВАН ПРИ ДЕЦА И БРЕМЕННИ

„50% от хората вече са резистентни към антибиотици. Препоръчвам „Цистиклийн“ на всички, които страдат от хроничен цистит“

Джаки Риидър, Старши консултант Кралски колеж по медицина
„За постигане на дългосрочно здраве на уринарния тракт, аз препоръчвам Цистиклийн на всички свои пациенти!“

Д-р Алберт Рузад, уважаван уролог, Институт Медицински технологии, Барселона

„Цистиклийн е нов за българските пациенти продукт, който съдържа най-високо количество РАС (проантоцианидини) – естествената активна съставка, която определя ефекта на продукта. 1 капсула от „Цистиклийн“ съдържа повече активно вещество от цяла опаковка от останалите продукти против цистит!“

гл.ас.д-р Димитър Николов - специалист по нефрология, МУ Пловдив
„Страдам от хроничен цистит и съм пробвала всичко на пазара - без ефект. За щастие открих Цистиклийн, който реши проблема ми без никакви странични ефекти!“

Радка Димитрова, 55г, София

ПРОБЛЕМИ С ПРОСТАТАТА? ИЗБЕРЕТЕ „КОНПРОСТА“!

Хит сред мъжете с проблемна простата в множество страни от цял свят!



КАКВИ СА ПРЕДИМСТВАТА НА КОНПРОСТА?

- 100 % натурален продукт
- Има клинична ефикасност, много по-висока в сравнение с други фитопрепарати
- Може да се прилага дълго време, без странични ефекти
- Има положителен ефект върху мъжката потентност



„Конпроста е продукт, съдържащ нова революционна активна съставка - цветен прашец от маслодайна рапица, с над 25 години клинична употреба в цял свят и с клинично доказана ефективност. За една година клиничен опит, аз и моите пациенти се убедихме в ефективността и предимствата на продукта.“

д-р Тодор Пепелджийски, специалист уролог, Медицински институт на МВР гр. София
„Вече 10 години предлагаме „Конпроста“ в Сърбия, Словения, Хърватска и Босна. Резултатите надминаха очакванията на повечето пациенти и най-вече на лекарите. Сега „Конпроста“ е сред най-търсените и препоръчван от специалисти продукт при проблеми с простатата в тези държави“

д-р Ивана Йеждич, Белград, Сърбия

„Имах проблеми с простатата и пробвах различни продукти, но без резултат. Моят фармацевт ми препоръча „Конпроста“ - била помогнала на много други мъже. Само месец след приема на „Конпроста“ позивите за уриниране нощем спряха и болките в слабините изчезнаха. Фантастичен продукт!“

Пенчо Николов, 61г, 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

Тина БОГОМИЛОВА

Цитрусовите плодове засищат, разкрояват и подмладяват. Лимонът, портокалът, грейпфрутът и мандарината попадат във всякакви козметични продукти, тъй като са богати на антиоксиданти, витамини и минерали. А също и в домашната козметика, тъй като правят кожата нежна като кадифе, а косата лъскава като коприна.

ЛИМОНЪТ хидратира, укрепва, подхранва и заздравява кожата, косата и ноктите. Богат е на витамин С, пектин, минерали. В козметиката се използва заради антибактериалните и избелващите свойства.

Лимонът почиства кожата и стяга порите, излюшва мъртвите клетки и черните точки, премахва акне и пъпки, избелва лунички и петна. Мазната кожа се почиства идеално с лимонов сок. Прибавян към лосиона за лице два пъти седмично, гладя бръчките.

Повечето домашни маски включват и мед. За избистряне на тен се смесват прясно изцеден сок с лъжица мед. За освежаване и стягане се прави маска от равни части хума, мед и лимонов сок. При суха кожа се смесват лимон и зехтин, а при мазна - разбито яйце с лимонов сок. Срещу акне помага смес от лимонов сок, брашно и кисело мляко, друг вариант е

зелена хума, лимонов сок и няколко капки розова вода.

Черните точки изчезват със смес от по една лъжица лимонов сок и овесено брашно и един намакан домати. Сокът и кафявата захар правят чудесен екзфолиант на цялото тяло.

Лимонът подхранва суха и увредена коса, заздравява косъма и предпазва от цъфтеж. Изсветлява светлите коси. Лимонов спрей за блясък се получава, като две резенчета лимон се сварят в две чаши вода.

Киселият плод избелва емайла на зъбите, но трябва да се внимава с венците. Чисти и ноктите, особено тези на пушачите.

Портокалът подмладява и извежда токсините, затова и се добавя в много кремове, балсами и лосиони.

Сокът се използва за почистване на лицето. Смес с малко сметана връща блясъка и еластичността на кожата.

ЦИТРУСИТЕ ПОДМЛАДЯВАТ И ОБОДРЯВАТ

Оранжевият плод съдържа мощен адстрингент, който регулира омазняването на кожата и е много полезен в борбата с черните точки.

Портокалите размекват и разхлабват мъртвите кожни клетки, без да дразнят кожата. Необходим е само сок с малко захар и зехтин, за да се получи портокалов пилинг.

Рендосаните оранжеви кори с малко сок от домати или лимон правят чудесна маска срещу акне. За мазна кожа се разбива портокалов сок с един белтък, а при суха - с прясно мляко.

Домашен балсам за лъскава коса се получава от портокалов сок, мед и малко вода.

Грейпфрутът стимулира производството на колаген, който прави кожата гладка и еластична. Ретинолът в него пък заличава раничките и пигментацията.

Грейпфрутовото масло е подходящо в грижата за мазна кожа, тъй като нормализира мастните жлези, стеснява раз-

ширените пори и предотвратява появата на комедони. Участва в състава на тоници, лосиони, маски и кремове за мазна кожа. Благодарение на високото си съдържание на витамин С грейпфрутът отлично избелва лунички и пигментни петна.

При отпусната, уморена или пореста кожа се прави лосион от равни части сок и минерална вода.

При мазна кожа помага замразен на кубчета сок за всекидневна обтриване на лицето.

Две супени лъжици сок от грейпфрут, една растително масло и малко оризово брашно гладят бръчките.

В продуктите за тяло маслото от грейпфрут възстановява баланса на течности и е известно като едно от най-ефективните мазила срещу целулит и стрии.

Грейпфрут се използва и в козметиката за мазна коса, стимулира притока на кръв към космените фоликули и се бори с пърхота и косопада.

Мандарините са пълни с антиоксиданти. Етеричното масло подхранва и подмладява всеки тип кожа, премахва признаците на преждевременно стареене като увисване, бръчки и загуба на блясък. Помага при акне, екзема и пъпки, регулира прекомерното омазняване и стимулира производството на колаген. Душгеловите и лосионите за тяло с мандарина правят кожата мека и гладка.

Натритата с мандаринен сок кожа е видимо по-стегната и млада. При суха кожата на една мандарина се смесва с един разбит жълтък, а при мазна - с белтък.

Мандарината подхранва и овлажнява скалпа, намалява косопада и стимулира растежа на косъма.

Цитрусовите плодове гарят красота на тялото, но и енергия на душата. Ароматът им усмихва, ободрява и развеселява.

Paracetamol Ecopharm

Парацетамол

Добрият избор на парацетамол!

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



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

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

Chondrosave®



**Хондросейв -
с грижа
за всяка става!**

ЕКОФАРМ

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

Повече информация може
да откриете на страницата ни в



София Тодорова е учител по български език и литература в 9. ФЕГ „Ламартин“ и член-основател на професионалната им асоциация, базов преподавател на СУ „Св. Климент Охридски“, автор на много учебници и помагала по българска литература, сред които и първата аудиокнига с интерпретации на класически български текстове. Номинирана е трикратно на нашите конкурси за учител на годината и сега е един от кандидатите за наградата на фондацията „Варки“ през 2016 за „Най-добър учител на света“.

● Нека не звучат патетично думите на Спилбърг: „Учителите са днешните най-истински герои и най-неоценените“.

Какво представлява учителският „Нобел“?

Световната награда за учители Global Teacher Prize е учредена през март 2014 г. от фондация „Варки“, чийто почетен председател е Бил Клинтън. Наградата е един милион долара, затова е известна като Нобеловият еквивалент за постижения в учителската професия. Победителка за 2015 г. е Нанси Атуел от Мейн, САЩ, заради изключителните ѝ успехи в поощряването на деца в неравностойно социално положение да се образоват и да продължават обучението си в университети.

Инициативата на фондацията е под надслов „Да върнем престижа и уважението към учителите“. Кандидатите за Световната награда за учители са оценявани според строги критерии - иновативни и ефективни образователни практики, повишаващи резултатите на учениците, постижения извън училище, принос в

Една сред нас

публични обсъждания за повишаване статута на учителската професия, повишаване на достъпа до качествено образование на деца от всички слоеве на обществото.

За какви постижения беше номинирана и от кого?

Номинирането премина през два етапа: една моя бивша ученичка от първите випуски, на които преподавах във Френската гимназия, ми се обади, че ме е номинирала за конкурса и предложението ѝ е било одобрено. Разбира се, че ме зарадва вниманието на Вероника - тя е изключително интересна личност - завърши Френската гимназия, след това българска филология, работи като кореспондент на Франс прес, направи докторантура в университета в Маями, преподава там испански език, а в момента живее в Торонто, където завърши финанси и счетоводство. Дори накратко представената ѝ биография говори за нейната енергичност и добро позициониране във висококонкурентна среда, резултат от лични амбиции и може.

Пристъпих към втория етап на номинирането, осъзнавайки постепенно, че кан-

дидатурата ми би донесла престиж на училището, в което преподавам от много години, на преподаването по български език и литература и на учителската професия у нас. При кандидатстването непрекъснато ме окуражаваше фактът, че Вероника - изключително интересна личност - зряло и обосновано преценява положително влиянието ми като учител върху себе си. След разпространението на новината за номинацията получих насърчителни отзиви и от други свои бивши (а и настоящи) ученици, родители, колеги. Всъщност въпреки времето и разстоянията се оказа, че не съм губила връзка с бившите „подопечни“, че понякога невидимо все пак съществуват и такива безкористни общности като нашата.

Сериозно прегледах регламента на конкурса и реших, че най-малкото формално отговарям на изискванията за номинация. Подготвям ученици и студенти, много от които вече имат реализация у нас и в чужбина. Някои от учениците ми са лауреати на олимпиади. Други - на литературни конкурси. Автор съм на учеб-



ници и учебни помагала. Имам отличия и грамоти. Водих през последните години литературен клуб във Френската гимназия и успяхме да издадем три книжки с демонстрации на творческо писане като извънкласна дейност. В медиите винаги последователно съм изразявала своята загриженост относно застаряването на учителската колегия у нас, спадащата атрактивност на професията, снижаването на социалния статут на учителите, увеличаващата се бюрократизация в сектора на образованието и ограничаването на свободата на учителя, които го детронират от позицията на необходимия образователен лидер.

С тази равностойка започнах да отговарям на въпросите на организацията онлайн. Освен CV интервюто обхвана тематиката на преподаването, иновациите, онова специфично, което смятам, че е оригинално и мое откритие и което ангажира учениците, кара ги да се стремят към високи постижения и ги подготвя да бъдат активни граждани на бъдещия свят.

Получих одобрението на кандидатурата си от международната организация „Варки“ и разбрах, че съм сред избраните да се състе-

зават в конкурса Global teacher prize. Разпространих новината сред колеги, защото конкурсът е все още непопулярен в България, процедурата му не е много лека, но български учители би следвало да участват и занапред. Защото заслужават признание.

Ще завърша с патетичните думи на Спилбърг, с които ме поздравиха и които отправям като поздрав към българските учители: „Учителите са днешните най-истински герои и най-неоценените“.

За какво мечтаеш да оползотвориш наградата и защо?

Средствата от наградата бих вложила в училищен център със свободни програми, включващи езици, литература, театър, кино, музика и изобразително изкуство. Бих основала и фонд за подпомагане на пенсионирани учители и за насърчаването им да продължат да предават професионалния си опит на младите.

Как да те подкрепим?

https://twitter.com/Teacher-Prize?ref_src=twsrc%5Etfw

Както и с група в някоя от социалните мрежи може би.

Страницата подготви
Бойка ВЕЛИНОВА

КЪСМЕТЧЕТО НА МЕСЕЦА

Хората, които живеят в къщи, са горди от себе си; но има Бог дори за онези, които живеят в колиби.

Индийска мъдрост

КАКВО ДА НЕ ПРОПУСНЕМ ПРЕЗ НОЕМВРИ?

Правилото на 20-те минути

Всяка утвърдена теория за мотивиране се базира на конкретните начини как да превърнем натрупаните знания в практически умения и навици. Една от тях е за правилото за 20-те минути, за които всеки може да изтърпи каквото и да е действие, колкото и да е голяма съпротивата му срещу него.

Ето какво да си разпечатаме и да сложим на видно място:

1. Няма защо да се безпокоите за здравето си, ако се занимавате със спорт по 20 минути всеки ден.
2. Няма да тънете в безпорядък, ако отделяте по 20 минути на ден за почистване и разтребване.
3. Няма да изпадате в творчески кризи, ако отделяте по 20 минути на ден за подобряване на концентрацията си.
4. Няма да се притеснявате от проблеми в отношенията, ако отделяте по 20 минути на ден, за да изслушате близките си хора.
5. Няма да се безпокоите от липса на идеи, ако отделяте по 20 минути на ден да се вслушате в себе си и да си водите записки.
6. Няма да страдате от безпаричие, ако работите по 20 минути на ден върху създаването на източници за доходи.
7. Няма да се преуморявате, ако отделяте по 20 минути за отпих след всяка извършена дейност.
8. Няма да се измъчвате от въпроса как да станете по-компетентни, ако четете полезни книги поне 20 минути на ден.

ЛУНАТА

Новолуние 11 ноември, 19:48:21 ч.

Първа четвърт 19 ноември, 08:28:33 ч.

Пълнолуние 26 ноември, 00:45:18 ч.

Последна четвърт 3 декември, 09:41:35 ч.

Защо ядково мляко?

Дори да нямате проблеми с разграждането на лактозата - млечната захар, която се съдържа в млякото и някои млечни продукти, не пречи да опитате сами да си направите в домашни условия „мляко“ от различни ядки. Предимството пред купените от магазина е, че знаете какво сте сложили вътре и най-вече - какво не сте: (изкуствени) подсладители, консерванти, стабилизатори, оцветители. Голямото предимство е, че ще пробвате нещо ново и ще можете да си го направите всеки път, когато ви потрябва.

Не е необходимо също да купувате от скъпото кашу - за база на ядковото мляко може да се справите и с по-икономичния вариант като слънчогледово семе. Може и да обогатите вкуса с по-шепичка накиснати в хладка вода и обелени лешници, бадеми, орехи, както и с тиквено семе.

За ядковото мляко ползвайте само натурални, сурови, неосолени ядки!

За база на вашето мляко ползвайте 100 г ядки. Накиснете ги от вечерта в хладка во-



дичка, тъй като се усвояват по-лесно. Изплакнете ги, пресипете ги в блендер и ги залейте с чиста вода, колкото да ги покрие плюс 1-2 пръста отгоре. Гъстотата на ядковото мляко можете да си нагодите по свой вкус. По желание също можете да прецедите за по-свършена текстура, но си струва да инвестирате в по-мощен блендер, за да не останат ядките в тензуха. Ако добавите студенопресовано олио, скилидка чесън, лимонов сок и сол, ще получите страхотен, богат на белтъчини, мазнини, минерали и куп полезни вещества дресинг за суровите салати или задушните зеленчуци.

ФИЛМ НА САЩ
С Р. ГИЪР И К.
БЕЙСИНДЖЪР
ИМЕНАТА НА
НАШ АКТЬОР
1926-2007

ДРЕВНОРИМ-
СКИ БОГ НА
МЕДИЦИНАТА

УГАРКА

МАРКА
БРАШНО
ИЗКУСТВЕНО
ВЛАКНО
ПОДУТИНА

СЕЛО В
СОФИЙСКО
БЕЗ ВЪЗЯТКИ
НА БЕЛОТ,
ВАЛАТ

НАША
ПЛАНИНА
ТЕГЛИЛКИ
ШОТЛАНДСКИ
ФИЗИК
1824-1907

СТОЛИЦА НА
ЙОРДАНИЯ
НАШ РЕВОЛЮ-
ЦИОНЕР И
КНИЖОВНИК
1853-1932

АРХИЕРЕЙСКА
ДРЕХА
/ЦЪРК./

КЛАСЬОР
ЗА СНИМКИ

НАСИТЕН ВЪГ-
ЛЕВОДОРОД
В БЕНЗИНА

ЛИПСА НА
СХОДСТВО

ПЕСЕН НА
„Д-2“

ПЕСЕН НА
ПОЛИ ГЕНОВА

ЧАСТИЦА ЗА
СЪДРУЖИЕ

НАШ
КАМЕРЕН
КВАРТЕТ

РЕКА В
ЕВРОПА

УКРЕПЛЕНИЕ
В ДРЕВНО-
ГРЪЦКИ ГРАД
ФИЗИЧЕСКИ
ТЕРОР.
ЖЕСТОКОСТ

ГРАД В
ГЕРМАНИЯ

СЛАБЕЕНЕ ПО-
РАДИ ЛИПСА
НА АПЕТИТ
ИМЕНАТА НА
ГРЪЦКА
ПОП ПЕВИЦА

НОРВЕЖКА
РОК ГРУПА
ПОЛИТИК
ОТ ДПС
1962-2008

МЕЛОДИЯ
С ТЕКСТ

ЛЕКАР-
ХИРУРГ

РУДНИК

ПОВЕСТ ОТ
АРКАДИЙ
ГАЙДАР

ГОДИШЕН
МЕСЕЦ

КНИГИ ЗА
ФАКТИ ОТ
ОТМИНАЛИЯ
ДЕН

НАШ
ПРИРОДО-
ЛИЧИТЕЛ

БЕЛЛЕГ ЗА
РАЗПОЗНА-
ВАНЕ

БАЛАДА ОТ
КРУМ
КЮЛЯКОВ
БИВША
ЯПОНСКА
ФИГУРИСТКА

ХАЛИЩЕ

ЕЗЕРО В
ИРЛАНДИЯ

ГРАД В
УРУГВАЙ

АПАРАТИ ЗА
ПРЕЧИСТВАНЕ
НА ВЪЗДУХА

ЖЕЛЯЗНА
ГРЕДА ЗА
ЖП ЛИНИЯ

ЖИВОТНО
ЗА ЕЗДА

ПЪРВОРОД-
НИЙ СИН НА
АДАМ И ЕВА

ДОЛНИЯТ
ОТВОР НА
СТОМАХА

ПОДАРЪК

ТУРСКИ
БОЕН МЕЧ

ГЕРОЙ ОТ
ИНДИЙСКИЯ
ЕПОС

БЕЗЪБЪО
МЛЕКОПИТАЕ-
ЩО С ДЪЛГА
МУЧУНА
ФР.СКУЛПТОР
1840-1917

ОПЕРА ОТ
СКАРЛАТИ
БРИТАНСКА
ПОП ПЕВИЦА
ОТ АЛБАНСКИ
ПРОИЗХОД

ГРАД В
СОМАЛИЯ

БИВШ
ФУТБОЛИСТ
НА „ЛЕВСКИ“.
ХОЛАНДЕЦ
РЕКА В САЩ
И КАНАДА

МОДЕЛ
НА „VW“

ОПЕРА ОТ
КРАСИМИР
КЮРКЧИЙСКИ
ПЬЕСА ОТ
НИКОЛА
АТАНАСОВ

ЖИЛИЩНО
ПОМЕЩЕНИЕ
В ДВОРЕЦ

ГРЪЦКА
МАСТИКА

СТИХОТ В ЗА
ВЪЗХВАЛА
ЗЕМЕДЕЛСКО
СЕЧИВО
МУЗИКАЛЕН
ИНСТРУМЕНТ

УМИВАЛНИК

ЛИЧНА ВОЛЯ.
УДОВОЛСТВИЕ

ГРАД В
ИТАЛИЯ

БИВШ ФУТБО-
ЛИСТ НА ЦСКА
МОРСКИ
БОЗАЙНИК
МАЛКА ВОЕН-
НА БОЛНИЦА

ПРЕДПЛАТА

МУЗИКАЛНА
НОТА

ПОСОБИЯ
ЗА ПИСАНЕ

ГРАД В РУСИЯ,
КАЛМИКИЯ

ШИРИНА
В КРЪСТА
ПОПАДЕНИЕ В
БАСКЕТБОЛА
ВУЛКАНИЧНА
МАСА

КРАЙ НА
МОЛИТВА

БИВШ
ФРЕНСКИ
СКИАЛПИЕЦ

НЕНУЖНО
УПОРСТВО

СЛАДКО И
НЕПРЕКИПАЛО
ВИНО

ЕКОФАРМ
Ен-Ту-Тус
100 ml

ЕКОФАРМ
Ен-Ту-Тус
100 ml

РЕЧНИК : АНАЛИНДА, НАРВАЛ, ОНАНО, САКОС

ВЕНЕТА НИКОЛОВА

Отговори на кръстословицата от бр. 40

ВОДОРАВНО: Формуляр. Алтернатива. Реституция. Риолит. Матамата. Такова (Дарина). Око. Галена. Ортопеди. Ошав. Алил. ТТ. Нагар. Рис. Ар. Сако. Ек. Антилопа. „Терасата“. Ролин (Бърнард). Ми. Трап. Катинари. КА. „Как“. „Авенир“. Куфар. Ака. Тано. Ириси. Амонал. Утопия. „Далас“. Равелин. Народ. Живопис. Лакони. Рилов (Аркадий). Навес. Пироман.

ОТВЕЧНО: Гара. Катун. Формалин. „Аватар“. Реалист. Тенори. АМСТЕЛ. Иринопол. У Тан. Клони. Идо. Климат. „Олария“. Яга. Тапир. Бруто. Ранитидин. Цар. Сава. Май. Дилов (Любен). Лято. Апе. Ат. АП. Касис. Еркер. Кум. Триод. Семафор. Новинари. Анали. Зала. Ака. Кравар. „Ти“. Огоста. ЛЕКО. Витоша. Арка. Лом. Карета. Крина. Вазов (Иван). Капка. Нин (Зитао).

ЛЕСНО

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

СРЕДНО

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

ТРУДНО

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

ЖИВОТЪТ ДНЕС

Главен редактор
Петър Галев

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-син

Предпечат:
Веселка Александрова,
Росица Иванова

Коректор
Татяна Джунова

ISSN 1314-6092

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

Издава Хелт ЕООД

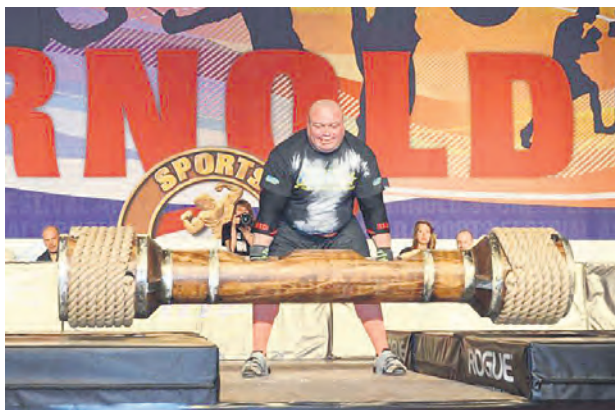
Реклама: ХЕЛТ МЕДИЯ
София, тел.: 0887/93 98 89,
m.vazharova@health.bg

Разпространение:
0887 75 33 70
k.kostadinov@health.bg

Българин е най-силният мъж в Америка

Българинът Димитър Саватинов спечели за втора поредна година трофея „Най-силен мъж на Америка“. Надпреварата се проведе в Атланта, щата Джорджия, и отново предизвика огромен интерес. Българинът доби право на участие в престижното състезание, след като през годината показва изключителна форма и отлични резултати, оставайки само веднъж извън челната тройка в квалификационните битки за първенството.

Димитър Саватинов се озовал в САЩ с циркова трупа



Както и през 2014 г., така и сега роденият преди 35 г. в Гоце Делчев Митко направи американски рекорд. В дисциплината "Stone Atlas" той изпълни упражнението, като слезе под 35 секунди за 4 повторения. В тази

надпревара участниците трябва да прехвърлят камък с тегло от 190 кг над преграда, висока около 142 см, и това трябва да се случи в няколко серии.

Именно в тази последна дисциплина българинът успя да вземе много сериозна пред-

нина пред своя основен конкурент Роберт Оберст. Преди това в предпоследната дисциплина Димитър Саватинов успя да вдигне 420 кг, което е с 12 повече от неговия конкурент.

Веднага след състезанието атлетът от Гоце Делчев обяви, че започва подготовка за надпреварата "Най-силен мъж в света", а амбицията му е да се нареди сред най-добрите.

Като ученик в България Димитър е тренирал борба, а след казармата започнал работа като охранител в нощни заведения. Един ден той се срещнал с група акробати от цирка, които му предложили да се

присъедини към тях. Така той се озовал с трупата в САЩ, където пътуващият цирк го използвал за какво ли не.

През 2009 г. Саватинов получил покана от местни тежкоатлети да се присъедини към тях и започнал подготовка за първото си състезание, което спечелил през май същата година. Той обаче останал да помага и в цирка, с който продължил да пътува из Америка до 2012 г., когато получил тежка контузия и трябвало да преустанови за 6 месеца. През 2014 г. българинът завършва втори на „Арнолд класик“ и не крие амбициите си да продължи още по-нагоре.

И в атлетиката арестуваха президента за корупция



Бившият президент на Международната асоциация на атлетическите федерации (ИААФ) Ламин Диак бе арестуван в средата на миналата седмица в Париж по обвинение за корупция. Това се случва няколко месеца след скандала в международната футболна федерация (ФИФА).

Сенегалецът е обвинен в "пасивна корупция" и „пране на пари“, свързани с антидопингова кампания на ИААФ. Адвокатът му Хабиб Сисе също е обвинен за корупция и арестуван. Под въпрос е и лекар от федерацията, свързан с мерките за борба с допинга. След задържането си Диак и Сисе са освободени под гаранция, информират източници на френските медии.

През лятото синът на Диак – Папе Масата Диак, беше принуден да подаде оставка като изпълнителен маркетинг директор на ИААФ, след като бе обвинен в участие в корупция, насочена към прикриване на допинг скандали в Русия, за които и Валентин Балакнишев освободи постове като ковчежник на ИААФ и шеф на руската федерация.

82-годишният сенегалец Диак беше начело на ИААФ от 1999 г. до август 2015 г., когато на поста го наследи двукратният олимпийски шампион Себастиан Коу.

Формула 1 ще стартира в Русия през нощта



Стартът във Формула 1 от Гран При на Русия през 2017 г. ще бъде през нощта, съобщава ИТАР ТАСС. Това става факт след преговорите между президента на страната Владимир Путин и собственика на Формула 1 Бърни Екълстоун.

„Догодина ще се кара през деня, но вече е взето решение, че стартът през 2017 в Сочи ще е по тъмно“, заяви Сергей Воробьев, който е промоутърът на състезанията в Русия.

През 2016 Гран При на Русия ще е от 29 април до 1 май.

Повече спорт можете да видите в www.jivotatdnes.bg



Хранителна добавка със захар

N-Ti-Tuss®

Билкови таблетки за смучене

Благоприятно въздействие върху гърлото, гласните връзки и респираторния тракт

За здраво гърло



Без оцветители!

Четири различни вкуса!

ECOPHARM

Екофарм ВООД, бул. "Черни Върх" №34, бл. 3, 1421 София, България
Тел. 02 / 963 15 96, 963 15 97, Факс 02 / 963 15 61

Повече информация може да откриете на страницата ни в



Христо Стоичков подготвя феноменално шоу по случай своя половинвековен юбилей догодина. Единственият българин, носител на „Златната топка“, е роден на 8 февруари 1966 година. Уникалното по рода си събитие, озаглавено подобаващо „50 години номер 8“, ще се проведе на 20 май на Националния стадион „Васил Левски“. Идеята и желанието на Камата е да сподели празника си както с всички почитатели на този спорт у нас, така и с най-големите футболни звезди в света не само от близкото минало, но и от днес.

„50 години номер 8“ няма да е просто приятелски мач, а нещо много повече - грандиозно шоу, което ще събере на едно място всепризнати футболни легенди от световна величина за нещо невидяно до момента в България.

Един срещу друг на Националния стадион ще се изправят най-добрите български и чужди футболни играчи. Те ще покажат класата и таланта си, които са им спечелили многобройни титли и отличия. Играчите ще бъдат разпределени в два звездни отбора - в единия ще са футболисти, предпочитани да играят предимно

с десен крак, а в другия - тези, чието тайно оръжие е левият крак.

Имената на гост-звездите, които ще участват в този невероятен спектакъл, все още се пазят в тайна. Те ще бъдат обявявани последователно всяка седмица. Топ новината за футболните фенове от всички поколения е, че първият участник в шоуто е легендарният Диего Армандо Марадона.

Гениалният номер 8 Христо Стоичков е най-успелият български футболист - носител е на най-престижните футболни награди в света - тези, които се дават само на великаните в иг-

Стоичков подготвя грандиозно шоу догодина, игра Марадона



рата: „Златна топка“ (1994 г.) и „Златна обувка“ (двукратен носител на отличието - за сезон 1988/89 и през 1994-та на световното

първенство „САЩ-94“ за голмайстор на мондиала), Купата на Европейските шампиони и Купата на носителите на национални купи.

Огромният му талант проличава в столичния клуб ЦСКА, като за 5 години с екипа на отбора се превръща в най-големия идол за запалняковците на „червените“ и успява да постигне всичко в родината си. Благодарение на изключително добрата си игра фамозният нападател е забелязан и привлечен от един от най-големите грандове в света - ФК „Барселона“ за рекордната по това време сума за България от 4 милиона долара. С екипа на червено-сините кавалерът на „Златната топка“ прави впечатляващи мачове, които ще останат завинаги в историята на каталунците и на европейския футбол.

След Барса футболните пътища на феноменалната „осмица“ минават през още няколко държави и отбори като „Парма“ (Италия), „Ал Насър“ (Саудитска Арабия), „Кашива Рейсол“ (Япония), „Чикаго Файър“ (САЩ) и завършват в „Ди Си Юнайтед“ (Вашингтон). След това звездата отваря нова страница в живота си - тази на треньора Христо Стоичков: селекционер на националния отбор на България 2004-2007 г.; „Селта Виго“ (Испания) - 2007 г.; „Мамелди Сьнданс“ (Южноафриканска република) - 2009-2010 г.; ПФК „Литекс“ (Ловеч) - 2012 г., ПФК ЦСКА (София) - 2013 г.

Събитието "50 години номер 8" ще се проведе на 20 май 2016 г. на Национален стадион "Васил Левски". Начало 20:00 часа. Билети за звездния футболен мач търсете в мрежата на Eventim. Цената им е от 18,88 лв. до 88,88 лв.

T MARKET
Практичният избор

5 години

С КАРТА благодаря

цените са валидни от 10 до 16 ноември 2015

1.98
3 броя на цената на 2

Кисело мляко "Бор Чвор"
4.5%, 400 г

Цена извън промоция 0.99 лв./брой

5.99 лв./кг

Свински бут без кост, кг
от нашата витрина

5.99 лв./кг

Свински котлет, кг
от нашата витрина

С КАРТА благодаря

11.99 лв./опаковка

12.99 лв./опаковка

16.99 лв./опаковка

Milde PREMIUM

Тоалетна хартия "Milde"
24 бр, Spa Marine, Essence of Relax

Прокуратура и данъчни познаха футбола в Германия

Германският футбол продължава да се тресе от скандали. След като преди 2 седмици стана ясно, че страната е спечелила домакинството на Мондиал 2006, плащайки на членове на Изпълнителния комитет на ФИФА за гласовете им, на 3 ноември сутринта около 50 служители на Прокуратурата във Франкфурт и местната данъчна служба започнаха проверки в централата на съюза. Те се опитват да установят къде са изчезнали въпросните 6,7 млн. евро, за които има съмнения, че са били използвани за подкупи, за да може Германия да получи домакинството на световния форум. Според немските медии паралелна акция се е извършила и в офисите и домовете на част от заподозрените.

Преди това седмичникът "Шпигел" гръмна с новината, че организационният комитет е прибрал 10,3 милиона швейцарски франка (около 6 млн. долара по онова време) от тогавашния собственик на "Адидас" Роберт Луис-Драйфус.

С тези средства са били осигурени гласовете на четирима представители на Азия в Изпълкома. Те гласували заедно с европейците за Германия. Тя спечели последния тур на вота на 6 юли 2000 г. с 12 гласа, а Южна Африка остана с 11 гласа. Чарлз Демпси от Нова Зеландия се въздържа при гласуването.

В списъка с лицата, заподозрени в корупция във ФИФА, попадна и легендарният немски футболист и треньор Франц Бекенбауер. Твърди се, че за подкупите на функционерите били наясно и Бекенбауер, и Волфганг Нирсбах - настоящ президент на Германския футболен съюз.

Самият Бекенбауер, който бе председател на Организационния комитет на Мондиал 2006, отхвърли всички обвинения в корупция. Той призна, че е направил грешка с плащането към ФИФА като част от финансовата гаран-



ция за домакинството.

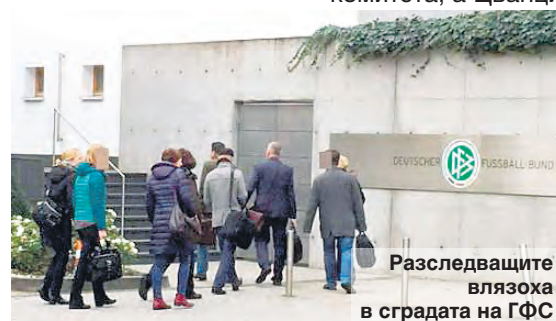
Бекенбауер обясни, че "закъснялото" искане на ФИФА за плащане в замяна на безвъзмездна финансова помощ е трябвало да бъде отхвърлено, което е неговата грешка. "Аз поемам отговорност за тази грешка", отсече Бекенбауер.

Няколко дни по-късно се разбра, че легендата не е разследван от немските власти. Шефът на Германския футболен съюз Волфганг Нирсбах обаче е заплашен от пет години затвор, като срещу него се оформи сериозен натиск да подаде оставка от поста.

Атаките са насочени и срещу бившия президент на футболния съюз Тео Цванцигер и бившия служител Хорст Р. Шмид, който заедно с Нирсбах е заемал важна позиция в Организационния комитет за Мондиал 2006.

По онова време Нирсбах е бил вицепрезидент на комитета, а Цванцигер - ковчежник. От 2006 година Нирсбах е президент на ГФС, а година по-късно Шмид е генерален секретар на федерацията.

„Няма как само Нирсбах да стои зад всички измами. Но позицията му да се направи на невинен в последните седмици по всякакви обвинения вече е непоносима“, коментира в „Франкфуртер Алгемайне Цайтунг“.



Разследващите влязоха в сградата на ГФС