

## ИКОНОМИКА



Банките да работят с клиентите си по европейски

Анализ на адв. Веска Волева на стр. 7

## ТЕАТЪР



Самирата гаде „Златен Кукерикон“

На стр. 6

## СПОРТ



Завърши последният „Сарженор кър“, идва тенис купата на „Амбинор“

На стр. 23

Разпространява се безплатно

тираж **300 000**

www.jivotatdnes.bg Брой 15 (49), 16 - 22 април 2013 г. (год. I)

# ЖИВОТЪТ ДНЕС

**Actavis**

Светът на модерния човек

Снимка Росен ВЕРГИЛОВ



Актрисата  
Луиза  
Григорова:

**Жадна  
съм за  
силни  
емоции**

Интервю на  
Галина СПАСОВА  
на стр. 19

**Т MARKET**  
Добрият Съсед наблизко!  
ЦЕНИТЕ СА ВАЛИДНИ ОТ 16 ДО 22 АПРИЛ 2013 Г.

Домати кг 249	Пресни картофи кг 125	Пресни чесън кг 049	Шерени ябълки кг 099	Круши кг 269
Пиле "Лудогорско" кг, охлаждено 469	Ориз "Шери" 500 гр. ризан 049	Захар "Митекс" кмшен пакет, 1кг 185	Бира "Шуменско" PET 2 л, Светло 199	

намаляние на великодненска декорация и боя за яйца -20%

Всички цени са в български лев, с включен ДДС. Предложението важи до изчерпване на наличните количества.

### Двете лица на хляба



Едва ли има друга храна, за която да се говори от библейските времена до наши дни. Ако трябва да обобщим - всичко е в качеството и количеството на хляба, който приемаме всеки ден.

Още по темата на стр. 15

**ПРОМОЦИЯ за м. Април**

Всички продукти в елегантна чантичка

Комплект **NeOx** капсули и олио,  
+ подарък - крем!

**Комплексна грижа за стави и мускули!**

Търсете в аптеките!

**ECOPHARM**  
WWW.ECOPHARM.BG



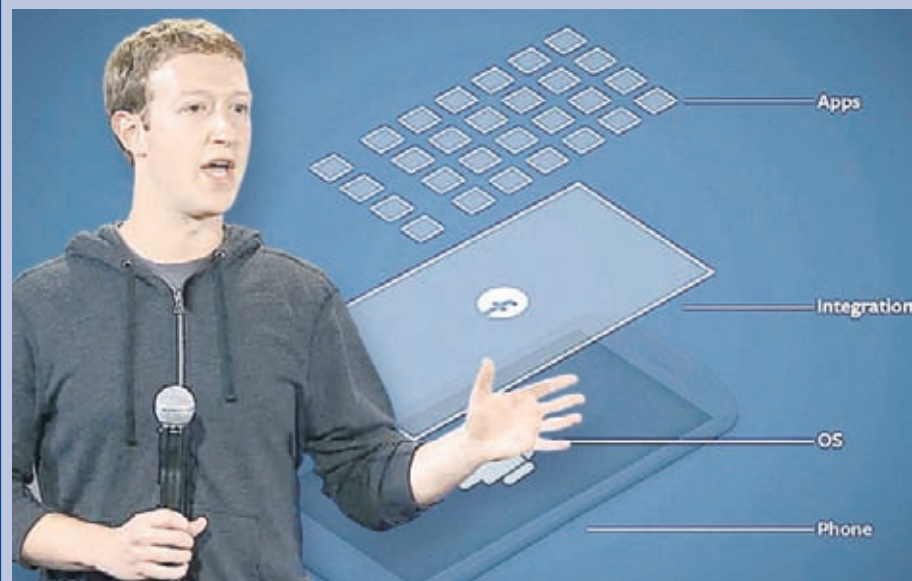


## Hyundai предложи вариант за справяне с трафика

Собствениците на необичайното превозно средство, показано на авто-салона в Сеул, ще трябва да го управляват прави, което си има своя чар. Може да се спори дали представеният от Hyundai модел E4U е автомобил, въпреки че е добра алтернатива на средствата за индивидуално придвижване. Вместо петместни коли да се движат само с шофьора в тях, южнокорей-

ците предлагат екологичен и евтин вариант за справяне с гъстия градски трафик. Hyundai E4U напомня на Segway, управлява се като него с накланяне на тялото напред или назад. Разликата е, че водачът на новия модел разполага с каска, която е аналог и на покрив, и на странично стъкло. Самоходната капсула тежи около 80 кг и може да вдигне до 30 км/ч.

## Марк Зукърбърг вкара Facebook и в смартфон



Лично Марк Зукърбърг представи собствен смартфон, който е адаптиран да работи специално с най-голямата социална мрежа в света. Създадено от компанията HTC, при новото мобилно устройство е обърнато по-голямо внимание не на приложенията, а на хората, с които

общуваме. Смартфонът с Facebook, наречен First, е с операционната система Android, има памет 1 гигабайт и 5-мегапикселова камера. В средата на 2011 г. HTC показаха смартфоните ChaCha и Salsa, които също бяха предназначени за ползвателите на социалната мрежа, но те не можах да предиз-

викат сензация на пазара. През есента на миналата година Зукърбърг призна, че не обръща достатъчно внимание на мобилните устройства. Явно сега е решил да коригира поведението си и да се включи и в този сегмент, въпреки че все още не е готов да се сблъска със сериозната конкуренция.

## Електронна гривна в помощ на протестиращите

Да бъдеш граждански активист в която и да е страна е не само почетно, но и опасно занимание. Протестиращите често рискуват да пострадат и от опоненти, и от полицията. За да се обезпечи безопасността им, беше създадена специална гривна, която може моментално да разпространи в глобалната мрежа информация, че човекът е в беда. Оригинално "бижу" е измислено и пуснато в производство от защитниците на правата на човека в Стокхолм в рамките на проекта Natalia Project. Той е създаден в чест на руската журналистка Наталия Естемирова, която беше отвлечена и убита в Чечения през 2009 г. Гривната може да изпраща съобщения с помощта на GSM, като тревожен сигнал се разпространява и при опити да бъде насилствено свалена. А GPS навигатор позволява да бъде установено местонахождението на



собственика. Молбата за помощ се разпространява до всички правозащитници в Twitter и Facebook.

Ако ви е омръзнала градската суета или сте привърженици на уединения отход, компанията Nomadic Resorts се е погрижила точно за вас. Проектираните и изработени от нея домове за аскети могат да бъдат поставени в най-екзотичните и усамотени кътчета на планета-

## Екобунгала за хората, търсещи уединение

та. Там почивката ви наистина може да бъде пълноценна. Необичайните бунгала-хотели са напра-

вени от дървен материал и дизайнерите са се погрижили да имат достатъчно футуристичен вид. В тях може да почиват максимум трима души. Особен комфорт не е осигурен, но и не е необходим на хората, които търсят усамотение, а не лукс. Екологичните хотелчета са идеално изолирани от външните температури. Те могат бързо и лесно да се демонтират и преместят на екзотичен плаж, в гората или на морския бряг.



ECOPHARM

Allergology

Без рецепта!

# ROLETRA

Loratadine tabl. 10 mg x 10

## При алергии и сенна хрема

Облекчава:

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

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

**ECOPHARM**

Екофарм ЕООД, бул. "Черни връх" 14, бл. 3, 1421 София, България  
Тел. 02/ 963 15 96, 963 15 97, Факс: 02/ 963 15 61

А63/28.03.2013



## МЛАДИТЕ ГОВОРЯТ ЗА...

**Геника Стоянова, 20 г.**



Постът е време за размисъл, а не просто период, в който се въздържаш от животински продукти. Моята баба винаги пости според православния църковен календар. Тя си седи вкъщи и обикновено се готвят две неща - едно постно за нея и нещо с месо или с продукти с животински мазнини за нас. Аз лично не съм изпитвала потребност от подобно въздържание, макар че съм кръстена. Може би е въпрос на лично отношение към религията и към общуването с близките. Прави ми впечатление и че повечето млади хора около мен нямат желание и не спазват поста.

**Татяна Георгиева, 20 г.**

Никой в моето обкръжение не спазва Великденския пост. Традициите на въздържанието от блажни храни и лоши мисли сякаш не могат да намерят място и приложение в съвременното общество. Още от времето на социализма църквата е пренебрегвана и заклеимявана. Така че рядко някои от нашите родители и възрастни роднини са просветени в църковния календар и знаят защо реално се пости. Аз лично съм се въздържала на предишни пости от месо, мляко, яйца и всякакви животински продукти. Но важното е, че и ментално се опитам да бъда по-добра, а на края на поста отидох на църква и се причестих. Чувствах се духовно и телесно облагороден. Това е и смисълът на поста според мен.



**Павлина Георгиева, 20 г.**



В моето семейство няма човек, който да спре месото и всички животински продукти. Моя близка приятелка обаче ми сподели, че е решила да се ограничи от тези храни заради постите преди Великден. Аз приветствам нейното решение и смятам, че посвещаването на пост и на молитва е въпрос на дълбок личен избор. Защото освен отказа от блажни храни човек не трябва да нагрубява и да се държи лошо с хората, необходимо е да се пази от злите мисли. Младите обаче масово не знаят какво представляват постите в същността си. Може би е хубаво все пак след въвеждането на вероучение в училище да се обясняват основни практики, замисъл и история на основните религии, признати в България.

# ПОСТИТЕ

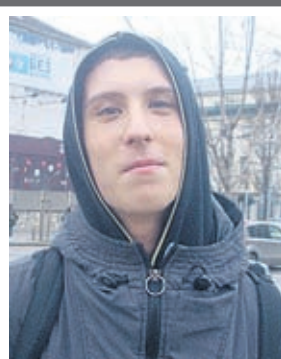
**Виктор Стефанов, 13 г.**



В момента сме по средата на Великденския пост. Вярващите християни се отказват от месо и животински храни, за да се посветят на времето преди Възкресение Христово. В училище не са ни разказвали за постите. Тези неща ги знам от семейството, от интернет, чел съм такава информация и в някои книги. Единственият ми близък, който пости, е братовчед ми. Освен от животинска храна той се въздържа от това да набие някого, да обижда, да клюкарства, да плете интриги и всякакви други недобри постъпки. Смятам, че всички трябва да уважаваме избора на човека, който пости, и да му помагаме, а не да го изкушаваме.

**Атанас Марков, 15 г.**

Аз поста и мисля, че това е напълно нормално. Чувствам се добре и без да ям месо. Не съм се ограничил обаче от всички животински продукти - хапвам кисело мляко, сирене, масло. Трябва ми енергия, защото освен да ходя на училище, обожавам да спортувам. Тренирам плуване, където се изискват много сила и техника. Духовно може би също не успявам да се държа по-добре с другите хора. Повечето младежи въобще не се интересуват от поста. Голяма част сме кръстени, но това не ни прави автоматично християни. Аз например съм кръстен като бебе и не си го спомням. Ето защо може би е хубаво да има часове по религия в училище.



**Иван Стефанов, 13 г.**



Според православното християнство времето преди големите църковни празници е посветено на пост. Така и сега много хора са изключили всякакво месо от менюто си. Те не слагат на масата още мляко, яйца, свинска мас, масло, сирене и всякакви продукти с животински произход. Аз лично никога не съм постил, не съм имал и часове по вероучение в училище. Тъй като все още организъмът ми се изгражда, аз се нуждаю от тези храни. Постното време преди Великден обаче означава и въздържане от различни пороци като пушене, пиене на алкохол, ходене по дискотеки и барове, насилие.

Анкетата подготви Мирослава КИРИЛОВА

## ПОСОКИ

**Здравето е доверие**



**Петър ГАЛЕВ**

Очаквано здравеопазването стана основна тема на предизборните дебати. И това е напълно обяснимо и логично. Проблемът е, че то от години отсъства от следизборните действия. Но по-тревожното е, че здравето не е и в личните приоритети на огромна част от гражданите на България. Така се получава една невидима коалиция между политиките и хората, чийто краен резултат е това, което всички наблюдаваме. Липса на адекватна система за медицинска помощ и липса на активна позиция на човека към най-ценното, което притежава. И само наблюдаваме и недоволстваме, ама повече от 20 години. И чакаме някой отнякъде да дойде и да оправи нещата. През това време младите лекари отиват в чужбина, където се вписват идеално в местните болници, а по-възрастните са все по-демотивирани. Пациентите изливат недоволството си върху медиците, от които зависи животът им, а така само задълбочават кризата. Ситуацията няма да се подобри изведнъж, но вече има първи стъпки на нормализация. Тепърва и болните, и лекарите ще усетят ефекта от електронното здравно досие. Ползите съвсем не се изчерпват с административно улеснение. Става въпрос за нова философия в отношенията между субектите в здравната система. А такива субекти сме практически всички. И когато между нас има прозрачност, честност и ясни правила, нещата ще започнат да идват на мястото си. Когато хората се убедят, че парите за здраве са изключително важни и отиват според реалните приоритети, ще се замислят дали да си ги спестят. Не всичко е пари, но без тях няма как здравеопазването да влезе в XXI век. А парите следват доверието. Затова първата стъпка в здравето е доверие между всички участници в процеса. Доверие чрез информация в реално време.

## СТОП КАДЪР

**Уважаеми читатели, изпращайте снимки на [info@health.bg](mailto:info@health.bg) и на [znaniето@yahoo.com](mailto:znaniето@yahoo.com)**



Великденски глави...



Ива АНТИОКО, Лос Анджелис



## СЕТИВА



За първи път  
награда  
„Златен  
Кукерикон“

На стр. 6

## ЗА БАНКИТЕ И ХОРАТА

Трябва да се  
синхронизираме  
с евронормите



На стр. 7

## КОМПАС



Опитайте кафе, приготвено от  
професионалист

На стр. 8 и 17

## ПОТРЕБИТЕЛИ



Какви пилета  
слагаме на  
трапезата си

На стр. 18

## МОЯТ ДОМ

Да се  
подготвим  
за Великден



На стр. 20

## НАСЪЩНИЯТ



Хлябът,  
без който  
не можем

На стр. 15

# Безработицата - големият бич на Европа



Чавдар КИСЕЛИЧЕВ,  
международен  
наблюдател

Всичко започна с фалита на американската банка „Лимън Брадърс“ и последвалата тежка финансова криза. Закономерно тя се превърна в икономическа, при това в трите световни центъра на финансовата мощ. На свой ред дойде високата безработица - в САЩ около 8 процента, в Китай вероятно много по-висока, макар да не са публикувани точни данни. Но в ЕС броят на хората, останали без препитание, заплашително напомня пика на безработицата в САЩ по време на Голямата депресия от 30-те години. Разбира се, има големи разлики както в структурата и в равнището на безработица в трите центъра - САЩ, ЕС и Китай, така и в усилията за нейното овладяване.

Това, което с голямо съжаление трябва да констатираме, е, че в Европа негативната тенденция доведе до политическа криза. Да вземем за пример Италия. На състоялиите се там парламентарни избори новосъздадената партия „Пет звезди“, която издигна лозунга за отказ от изплащането на националния дълг, спечели повече от една четвърт от гласовете. Докато професионалният икономист и политик Марио Монти взе само десет процента. И това е по-малката злина. На Ботуша безработицата е 11,7%, което далеч не е най-високият процент в ЕС. По-лошото е, че управляващите в Европа елити възприеха като лекарство германския подход на строги икономии и рязко съкращаване на държавните разходи. Но това е същинско безумие при това състояние на икономиките в ЕС.

Срещу тази мантра се надигна мнозинството не само в Италия, но и в Испания, да не говорим за Гърция, където се роди радикална опозиционна партия.

В центъра на вниманието на политическата класа в ЕС е как да се преодолее в новото време кризата, без страните - членки на общността, да банкрутират. Големият проблем е в това, че с редки изключения икономиките на страните от ЕС, особено от еврозоната, продължават да се свиват и в резултат на улицата биват изхвърлени милиони. Затягането на коланите би било оправдано, ако ставаше дума за финансова стабилност - нещо, което зависи от съгласието на различните слоеве от обществото. Но главната цел на Евросъюза при сегашното положение на висока

безработица би трябвало да бъде борбата с нея като основна насока на действията на управляващите. Защото нетърпимо високият брой на хората без препитание неминуемо води до политическа криза.

Нека погледнем каква е картата на днешната безработица в ЕС. Само в германския блок - Германия, Австрия, Холандия и Люксембург, тя е по-ниска от 6%. Но в непосредствено съседство с тези държави тя е значително по-висока - в Дания 7,4%, във Великобритания 7,7%, във Франция 10,6% и също толкова в Полша. Но ако се отдалечим още от германския блок в посока на периферията, ще видим, че в Италия нивото е 11,7%, в Ирландия е 14,7%, в Португалия - 17,6%, в Испания - 26,2%, а в Гърция - цели 27%.

В този контекст трябва да отбележим мястото и ролята на Германия - третия по ред износител в света. Нейният експорт съставлява 51% от брутния вътрешен продукт на страната, като повече от половината от този износ се пада на страните от ЕС. Неслучайно за едно десетилетие Германия е натрупала търговски актив от един трилион долара. По тази причина страната стои твърдо зад еврото, защото именно с негова помощ тя превръща ЕС в зона за свободна търговия или по-точно за гер-

мански експорт. Без това немският БВП, експорт и икономическа доминация не биха просъществували дълго време.

Държавите от ЕС със значително по-ниски от Германия разходи за работна сила би трябвало да имат конкурентно предимство пред Германия. Но в действителност повечето от тези страни имат търговски пасив. Когато се разрази икономическата криза, по различни причини тези държави не съумяха да урегулират със собствени сили своя търговски пасив.

Разбира се, това не означава, че страните от периферията на ЕС не са се разпростирани извън чергата си, включително с високите социални разходи. Затова, когато се разви финансовата криза, главно държавите от южната периферия затънаха в дълбока дългова криза, от която не могат да излязат в обозримото бъдеще.

В крайна сметка проблемът е в това, че икономически ЕС се е изградило около една мощна икономика - тази на Германия, която е четвърта в света по БВП, където експортът е главният двигател. В периферията на ЕС вече има явни признаци на германофобия. Дали пък това няма да доведе до тежка политическа криза, която да е в състояние да разруши не само еврозоната, но и целия ЕС?





ОЧАКВАЙТЕ



CredoWeb

ПРОФЕСИОНАЛНА МРЕЖА  
ЗА ЛЕКАРИ И ПАЦИЕНТИ

## Здравното досие в интернет помага за контрола на разходите

**Елисавета Котова, председател на Асоциацията на родителите с деца с бъбречни увреждания, представител на Български пациентски форум**

**З**а пациентите улесненият достъп до електронното пациентско досие е много добро начало. Ако системата наистина потръгне, това ще донесе много облекчения както за нас, така и за лекарите, за здравната каса. Достъпът на хората до всяко звено в здравеопазването ще е по-лесен. Обхващат се данните от ди-

агностицирането на самото заболяване, прогресирането му или излекуването. Когато пациент с диабет отива на контролен преглед, няма да се налага да носи всеки път папка с изследвания, епикризи и други документи, защото те ще бъдат налични в електронен вид. Дори личният лекар да изпрати пациента при специалист, той може да види всички стари данни в интернет.

Отдавна предлагам една промяна, която

засяга болните с диабет - да отпадне фиксираният дата за изписване на инсулин. При сегашния подход нещата не са добре организирани нито за пациентите, нито за касата. Болният трябва в точно определен ден да се яви да си получи инсулина, независимо какви планове е имал. От друга страна, в хладилниците на всеки един от нас остава налично сериозно количество инсулин. Това се получава не защото не сме

отговорни към себе си, а защото с терапията, която се предписва, имаме възможност да коригираме дозите непрекъснато. Постепенно се натрупва остатък. Тези количества инсулин обаче не може да бъдат върнати в аптеката или дадени за някого в семейството, защото са само за конкретно нуждаещия се. Ако се приеме промяна на фиксираната дата, човек ще ходи само когато наистина има нужда от допълнителни количества.

Електронното досие може да помогне за по-прецизното планиране на лечението.

Надявам се наистина хората да отидат след 15 април в клоновете на касата, за да получат своя ПИН за достъп до електронното досие. Някои лекари имат притеснения от нововъведението. Вероятно защото масово се надписват диагнози. Всички знаят това много добре. Трябва обаче да има по-добър контрол на системата. Причината сега касата да казва непрекъснато, че няма пари, е именно липсата на текущ контрол. Ако няма наблюдение

в реално време какво се разходва, парите се дават просто ей така. С електронното досие няма как да се скрият нещата. Неслучайно стартият му се бавеше доста време. Знаете колко пари се отпуснаха и изхарчиха за електронното здравеопазване, а до момента нямаше конкретен резултат. Дано този път всичко да потръгне както е замислено. От името на Български пациентски форум и нашата асоциация на родителите на деца с диабет заявявам, че твърдо подкрепяме идеята за електронно здравно досие.

### ДУМАТА НА ПРОФЕСИОНАЛИСТИТЕ

**Д-р Петко Стефановски,** началник на спешното отделение в университетската болница, Плевен:

Нямам никакви опасения във връзка със старта на електронното пациентско досие. Имам пълна готовност да въвеждаме данните на по-къси интервали от 1 май. Ние и в момента правим същото, просто отчитането е веднъж месечно. Аз съм твърдо "за" новата система. Малките болници нямат готовност да започнат веднага. В доболничната помощ също работят от години по компютърен път, те също са готови. Големият проблем в цялото здравеопазване е, че документите се искат попълнени и на хартия. Едно и също нещо се пише 5-6 пъти в различни журнали и документи. Ето един пример: идва при нас дете със заразно заболяване, например варицела. Първо се записва в амбулаторен журнал, който е отчетна форма от 1958 г., след това преглеждаме детето и същите данни се описват в амбулаторен лист, който е съвременната форма на отчитане. Това още не е всичко - вписваме го и в журнал за заразните заболявания, който също е от 1958 г., след това същите данни се пишат и в бързо известие към РЗИ - още една остаряла форма, но сме задължени да го направим. Дотук са пет документа. Накрая същото нещо ще трябва да се впише и в електронното досие. Като отиде детето в отделението, там също започва едно писане на хартия. Какъв е смисълът например да се подава известие към РЗИ, когато те могат да си го вземат по електронен път? Така че пациентското досие е нещо много хубаво, но ни подсеща за изк-

лючително остарелите наредби, които не са отменени. Бумащината ни затрупва. За да тръгне напълно електронното здравеопазване, трябва писането на хартия да отпадне. Много е лесно - след като всичко е в компютъра, всеки си вади каквото трябва и го разпечатва. Иначе съм категоричен, че по друг начин освен по електронен път не може да се управлява съвременното здравеопазване. При нас в спешното отделение няма никаква възможност да се надписват дейности. Нямаме време да мислим за такива неща - бързаме да прегледаме пациента, да изясним диагнозата. Директно изпращаме данните към касата и РЗИ. Такава е ситуацията и в останалите 28 спешни центрове в цялата страна, говорил съм с колегите.

**Д-р Маргарита Аршинкова,** ендокринолог от София

Аз работя в болница и в медицински център, но там няма сестра, която да помага за писането около всеки пациент. Процедурата по въвеждане на данните е малко трудоемка, защото сме много ангажирани. Има електронно досие и аз поздравявам усилията на касата да проследи къде са били пациентите на преглед. Технически обаче ангажиментът ни е твърде голям. Попълваме твърде много документация към касата - от постъпването на пациента, текущо, епикриза при изписването. Това просто ще бъде допълнително натоварване. Към клиниките ще трябва да се назначи техническо лице, което да върши тази работа. За съжаление имаме все повече неща, които трябва да попълваме по електронен път, а и хартиените документи. Не вярвам, че скоро

ще отпадне някое от тези задължения. От друга страна, възможността да видя предисторията на пациента ще ме улесни при поставянето на диагнозата и назначаването на лечението. Много хора ходят при различни лекари и невинаги се срещат да ни информират за предишни терапии.

**Д-р Стоянка Атанасова,** ендокринолог в Панагюрище и Златица

Работя в болница и в медицински център. Трябва системите на специалистите и джипитата да са свързани, сега работим с различни софтуери. Ако трябва да пишем и в отделно пациентско досие, ще отнемем още повече време. Ще трябва да полагам повече труд, и то в извънработно време. Идеята е много хубава, но при сегашните заплати на лекарите не можем да си позволим да наемем помощници за описването. Ще трябва да се актуализират и възнагражденията ни. Повечето пациенти са възрастни хора. Като влезе някой от тях, аз трябва да го прегледам, изслушам, да му напиша лист. Половин час ми трябва на пациент, а за диспансерно болните ми слагат по 10 минути. Отделно ако трябва да се ровя във всичките му изследвания - ако е ходил на кардиолог, няма как да стане. Нямам време за това. Ще трябва да се назначават допълнително хора за целта, но не виждам откъде ще дойдат приходите за тях. Иначе идеята за електронно здравеопазване е много хубава, но ще трябва здраво да се поработи за нея.

### ДНЕС ПО ПОЩАТА УТРЕ ПРЕЗ CREDOWEB

## Лекарите в Ботунец работят със сърце и душа

"Не се страхувайте да дойдете тук! Да, Ботунец не е СПА, но тук ще ви вдигнат на крака." С тези думи в писмо до редакцията ни Валентина и Кирил Горанови от София се обърнаха към всички пациенти. На белия лист семейството изразява своето огромно възхищение и благодарност към екипа на Специализираната болница за долекуване в Ботунец, където съпругът се възстановил след тежка мозъчна операция. "Няма да ни стигнат и няколко страници, за да изброим всички, на които сме признателни", пише Валентина и изброява: д-р Йорданова, д-р Чочева, д-р Радоилски, сестрите Дарина, Камелия, Дора Петкова и санитарките Веса, Дорчето, Мария, Христина, Илиана... "Нека ме извинят останалите, на които не помня имената."

"Всички те - лекарите, сестрите и санитарките, бяха ВИНАГИ толкова внимателни, мили, грижливи. Виждаше се, че работят със сърцето и душата си", подробно разказва съпругата. "В Ботунец се отнасяха към болните, независимо кои бяха и откъде, с еднакво внимание, окуражаваха те с добра дума. Всички бяхме другари по нещастие и оздравяващи благодарение на топлата обстановка", споделя семейство Горанови.

Като "капка катран в бъчвата с мед" обаче съпрузите определят материалната база на болницата със скъсани чаршафи, без консумативи и посуда. "Г-н министър, та това е резил за България. Поне тази болница напълно заслужава да излезе от мизерията - помогнете й!", молят авторите в самия край на писмото.

Страницата подготви Илияна АНГЕЛОВА



# Сатиричният театър раздаде наградите си „Златен Кукерикон“

Новите награди "Златен Кукерикон", които тази година бяха връчени за първи път, са уникални и засега без никаква конкуренция. Защото за разлика от "Икарите" и "Аскеерите" "Златните Кукерикони" са предназначени само за театрални постижения в сатиричния и комедийния жанр.

Повод за неочакваната поява на Кукериконите стана 56-годишнината на Сатиричния театър "Алеко Константинов". В предварително публикуваните номинации личаха имената на много известни артисти и режисьори, които заедно с най-младите си колеги предизвикаха основателно любопитство кои ще са лауреатите на "Златния Кукерикон"...

Предварително се знаеше, че "стихийното бедствие" Стоянка Мутаfoва ще стане първият носител на голямата награда "Георги Калоянчев", която ще се присъжда за цялостен принос към смеха на България. Не беше голяма изненада, че голямата награда за най-добър спектакъл бе присъдена на "Животът е прекрасен" по Николай Ерджман с режисьор Александър Морфов. Актрисата Анастасия Ингилзова спечели приз за най-добра женска роля за участието си в "Декамерон" в театър "Българска армия", а Герасим Георгиев-Геро бе "позлатен" за ролята си в "Господин Балкански" в Младежкия театър. Бина Харалампиева пък заслужи статуетката за режисура на комедийна постановка. Младата ѝ колежка Тея Сугарева спечели същия приз за постановката си на "Мъртви души" в НАТФИЗ.

Специалното, наречено "Златен Кукеричан", който представлява чан, окачен на кукерчето - символ на Сатирата, заслужено спечели "цялата ни политическа класа".

Неочакваната поява на "Златните Кукерикони" ни накарва да поискаме да надникнем в "готварната" на тези нови театрални награди, затова отправихме няколко въпроса към Калин Сърменов, директора на Сатирата.

**Г**-н Сърменов, за първи път в 56-годишната история на Сатирата този театър се сети да учреди свои специални награди. Чия беше идеята и защо наградите станаха възможни точно днес?

- Идеята беше моя и на колежата Слав Танев - пиар на театъра. Обмислям я отдавна и се чудя защо вече 20 години не бе осъществена. А се реализира точно сега, защото трябваше някой да повярва в нея, да я развие и да ѝ да-

де живот.

- Веднага се появиха скептици, които не харесаха наименованието "Кукерикон", други се питат защо точно кукери, трети се чудят какво означава окончателно им "кон"...

- "Кукерикон" е препратка към "Сатирикон", само че в основата ѝ стои емблемата на нашия театър, която е кукер.

- Какво представляват самите награди, имат ли паричен еквивалент?

- Всяка награда съдържа

## С Калин Сърменов разговаря Румен Леонидов



Снимка Симон ВАРСАНО

жа паричен еквивалент, удостоверение и статуетка 3,5 кг. Автор е Димитър Минков.

- Бихте ли представили състава на журито и по какви критерии обявили победителите...

- Журито е целият дирекционен съвет. Критериите са ясни - най-добър сатиричен и/или комедийен спектакъл, роля и т.н.

- Представите ни за смешното и сатиричното често се разминават. Какво ще е бъдещето на Кукериконите?

- Бъдещето на новородените Кукерикони ще бъде блестящо, ако ние не забравяме да живеем с ритъма на времето.

- Ако зависеше само от вас, кои спектакли и актьори бихте отличили?

- Няма как да зависи само от мен и това е хубавото. Ние се опитваме да бъдем професионалисти

и колкото се може по-малко субективни. Най-много се радвам на факта, че има Кукерикони. Че сложихме началото на нещо ново и се надявам то да се превърне в част от

историята на този театър.

- "Кукеричан" се връчва за най-голям гаф в обществения живот... Но този път наградата май остана без персонален адрес, защото бе

присъдена на цялата политическа класа...

- Толкова е богата палитрата на политическите недоразумения, че финансово нямаше да издържим, ако бяхме поръчали за всички статуетки.

- Преди време обявихте, че театърът ще създаде и друга награда - на името на Алеко Константинов, която ще бъде за нови и още непоставяни български пиеси...

- Конкурсът за драматургия на името на Алеко Константинов продължава до 15.11.2013 г. и когато приключи, официално ще обявим наградата. Това е част от 150-годишнината от рождението на Алеко Константинов.

- И накрая един личен въпрос. Имате ли време да ходите на театър?

- Отделям време за театър при всяка възможност.

## „С преклонение към света Петка“ гостува в Етнографския музей

Изложбата проследява как образът и името на светицата присъстват в дома на българина

В залите на Етнографския музей в София е открита гостуващата изложба "С преклонение към света Петка" на Музея на народните художествени занаяти и приложните изкуства в гр. Троян. Изложбата е посветена на една от най-обичаните и почитани християнски светици - Петка Търновска, покровителка на Троян. Експозицията проследява lika на светицата в църковното изкуство и в народните вярвания. Образът, който познаваме от иконописата, е представен от изображения на св. Петка от периода XIX и XX в. Най-старото сред тях е икона от 1839 г., дело на Атанас Минчов от с. Батошево, Севлиево. Чрез старопечатни книги, в които е поместена служба за празника на светицата - Петковден, е отделено внимание и на църковното богослужение.

Изложението разказва и още нещо, то включва информация за обредните хлябове, които носят нейното име, връзката ѝ с предхристиянските вярвания, образа ѝ на покровителка на дома, семейството, децата. Място е отделено и на изследванията, посветени на култа към светицата на Балканите, както и на по-интересни места, свързани с нейния образ и име.

В момента в Етнографския музей при БАН можете да видите юбилейната изложба "120 години Народен музей", която проследява историята и институционалното развитие на музея чрез архивни документи и снимков материал и разкрива богатството и очарованието на етнографското наследство на бъл-



гарските етнически територии - днешна Централна и Северна България, Тракия, Македония, Северна Добруджа, Бесарабия, Банат и Мала Азия, както и на други етнически общности, обитавали българските земи - каракачани, арменци, роми калайджии и други.



## Сатиричен театър Алеко Константинов

### ГОЛЯМА СЦЕНА

18 Април, Четвъртък  
19 Април, Петък

ОЩЕ ВЕДНЪЖ ОТЗАД  
БЪЛГАРСКИ РАЗКАЗИ

от Майкъл Фрейн  
по произведения  
на Ангел Каралийчев, народни приказки и предания  
от Марк Камолети

20 Април, Събота  
21 Април, Неделя

ЛЮБОВ ПО ГРАФИК  
РАЗБИВАЧЪТ НА СЪРЦА  
(ДОН ЖУАН ОТ СОХО)  
СПАНАК С КАРТОФИ  
ДОСАДНИКЪТ

от Патрик Марбър  
от Золтан Егреш  
от Франсис Вебер

22 Април, Понеделник  
23 Април, Вторник

Премиера

24 Април, Сряда

АРТ

от Ясмина Реза

### КАМЕРНА СЦЕНА „МЕТОДИ АНДОНОВ“

Начало: 11.00  
20 Април, Събота  
21 Април, Неделя

МОРСКОСИНЬО  
МОРСКОСИНЬО

Премиера  
от Валери Петров

Начало: 19.30  
22 Април, Понеделник  
23 Април, Вторник

МЪРТВИ ДУШИ  
ГАРФЪНКЪЛ ТЪРСИ САЙМЪН

от Михаил Булгаков

от Здрава Каменова и Калин Ангелов

www.satirata.bg

Билетна каса: 02 988 10 60



# Кредитирането плаче за европейски правила

Проблемите с „Топлофикация“ и ЕРП-тата са детска приказка, сравнени с проблемите, които много ползватели на кредити у нас имат с финансови институции. Ако правилата в отношенията клиент - банка продължат да действат по нашия начин, излизането от икономическата криза в България ще е още по-трудно, сигнализират експерти. Адвокат Веска Волева, която и професионално, и от позицията на гражданския сектор води години наред трудна битка за ново банково законодателство, е категорична, че една от първите задачи на новия парламент трябва да е именно хармонизирането на банковите ни закони с модерните европейски норми.

Микаела ВЪЖАРОВА

На 14 март 2013 г. Съдът на Европа оповести своето решение по неравноправните клаузи, налагани от банки в договори с клиенти, получатели на потребителски и ипотечни кредити. Предмет на решението са и принудителните процедури за отнемане на жилищата и други имоти на едностранно обявени за неизправни кредитополучатели. Поводът за произнасянето бе искане от Испания, но то засяга не една отделна държава, а е задължително за всички членки на ЕС, т.е. и за България.

В същото време обаче българският Гражданскопроцесуален кодекс (ГПК) казва, че възражението срещу заповед за изпълнение не спира действията на съдия-изпълнител. Т.е. докато ти се бориш да докажеш, че не дължиш определена сума, междувременно съдия-изпълнителят ти продава имота. После дори и да си спечелил делото, ти си на улицата без собственост, а имотът ти е продаден на безценница, коментира темата адвокат Волева. Ако обаче се има предвид новото решение на върховния съд на Европа, съответни прибързани действия на съдия-изпълнителя могат и да бъдат възпрени. Засегнатата страна може да се позове във възражение срещу неравноправни клаузи и съдът е длъжен, независимо че родният ГПК казва обратното, да спре изпълнителното дело до произнасяне по исково производство, категорична е тя. Уточнява, че някои банки у нас разбираемо negliжират и не коментират новото положение, отделни мениджъри дори твърдят, че "проблемите между клиенти и банки у нас са един-два

откъснати случая", но това не е вярно. Не само проблемните случаи у нас са хиляди, а вече са хиляди и делата срещу банки. Някои са минали вече на първа и втора инстанция. Имаме и немалко решения, влезли в сила, като при едни парите от осъдените трезори вече са получени, други дела са вишени. Има и стотици хора, които не могат да си позволят, включително по финансови причини, да водят дела, но търсят консултации и получават надежда от новите европейски норми, които да-

ват инструменти за разбиване на един много опасен монопол, казва авторитетната юристка. Но сега не банкерите са интересни, а онова, което ще направят политиките - новите законодатели, които ще избираме след месец, подчертава Волева и изисква спешни действия. Защото политиките, обръща внимание тя, трябва да отразят изискванията на съда в Люксембург и да хармонизират банковото законодателство у нас с международните правила. Което ще реши много сегашни проблеми.

## Кое се нуждае от спешна промяна

Примерно Гражданският процесуален кодекс (ГПК). Според чл.417, т.2 банките са приравнени на държавните учреждения и общините, ползват недопустима за едно гражданско общество привилегия да не доказват основателността на претенциите си, а същите да се удовлетворяват по дефиниция, само на основание на извлечение от счетоводните им книги. В превод: според този текст в закона банките не трябва да доказват основанията и правотата си, а съдът априори следва да приеме, че те винаги са прави. Чака отговор въпросът защо всеки субект на гражданските правоотношения следва да доказва правата си в едно състезателно производство, а за банките това да не важи.

Друг пример е Законът за защита на потребителите. Той в немалка степен работи като закон срещу потребителите. Чл.143 специално третира т.нар. неравноправни клаузи в потребителските договори, като според него "неравноправна клауза в договор, сключен с потребител, е всяка уговорка в негова вреда, която не отговаря на изискването за добросъвестност и води до значително неравновесие между правата и задълженията на търговеца или доставчика и потребителя". Такава уговорка според чл.143, т.10 е например онази, която позволява на търговеца или доставчика да променя едностранно условията на договора въз основа на непредвидено в него основание. И това би било чудесна клауза, ако нямаше чл.144, ал.3 от същия закон, според който горната клауза не се прилага по отношение на... "финансови инструменти и други стоки или услуги, чиято цена е свързана с колебанията/измененията на борсовия курс или индекс или с размера на лихвения процент на финансовия пазар, които са извън контрола на търговеца или доставчика на финансови услуги". И защитата на потребителя в този закон пада.

Как все пак да се защитим при сегашното законодателство от институционален произвол? Нашето спасение е в правото на ЕС. Защото там има реална защита на потребителя, съветва адвокат Волева и се аргументира: правото на ЕС има по-висока юридическа сила от националното законодателство. Ако е налице противоречие между български закон и европейска директива, се прилага директивата. Примерно: по много честите казуси с промени на лихвите от страна на банките едностранно и в движение следва да се приложи Директива 93/13 (от 5.04.1993 г.), която се отнася за неравноправните клаузи в потребителските договори, и всяко такова дело може да бъде спечелено.



Адвокат Веска Волева



## ЧЕЗ подготвя създаването на Потребителски съвет

ЧЕЗ подготвя създаването на Потребителски съвет в продължение на своята политика за подобряване на комуникацията с клиентите и гарантиране на независима оценка и координация при защитата на техните интереси. В него ще участват представители на компанията, на неправителствени организации и експерти.

Потребителският съвет ще консултира компаниите на ЧЕЗ в България с цел провеждане на по-ефективна потребителска политика, ще дава становища и ще прави предложения за подобряване на обслужването.

Съветът ще е независим орган по отношение на търговските дружества "ЧЕЗ Разпределение България" АД и "ЧЕЗ Електро България" АД. Той ще работи пряко с регионалния мениджър



на ЧЕЗ за България и в тясно сътрудничество с енергийния омбудсман и с потребителските организации.

ЧЕЗ вече създаде първата в България институция енергиен омбудсман. На позицията бе назначен Радослав Димитров, чиято дългогодишна кариера в енергетиката е свързана предимно с обслужването на клиентите. Основна функция на омбудсмана е да проверява всеки казус, в който потребителите са останали недоволни от решенията, взети от компаниите на ЧЕЗ в България.

Клиентите могат да подават сигнали и предложения към енергийния омбудсман на ЧЕЗ на тел. 02/8958 450, факс 02/8959 770, по електронна поща [cez.ombudsman@cez.bg](mailto:cez.ombudsman@cez.bg) или чрез писмо на адрес гр. София 1000, ул. "Г. С. Раковски" № 140.





## На чаша кафе,

Феноменът "висящо кафе" бързо завладя страната. Механизмът на този неочакван и дребен подарък е изненадващо прост, но ефективен. Какво обаче означава чашата с ободряваща напитка, дали само гони дрямката, или е скъталата в черните си багри и други емоции, има ли тънкости в приготвянето ѝ? Отговора на тези въпроси оставихме в ръцете на професионалистите, наречени баристи. Както сомелиерите избират безпогрешно вина за всяко блюдо, така и баристите могат да ви предложат и приготвят най-хубавия кафе специалитет именно за вас.

Мирослава КИРИЛОВА

„Кафето не е просто горчива напитка за събуждане, то притежа-

ва собствена сладост, може да има привкус на плодове, лешници или други ядки“ - категоричен е баристът Кирил Кирилов. Той признава, че много пъти е бил сви-

детел как след опитването на една глътка истинско еспресо, приготвено от него, клиентите не знаят как да реагират. „В първия момент дори се колебаят дали

## Ръчното плетиво се превръща в лукс

Пролетта пукна, но още не можем да приберем палтата, нито да извадим саката. Плетивата са добър избор в капризното време.

Дама, натруфена с най-различни плетени дрехи, може да прилича на клошарка, но всъщност е фешън. Изглежда екстравагантно и странно, но навличането на пласт след пласт плетива си е модно течение. Това явление

като че ли идва от стила бохо, който сам по себе си има твърде много разклонения, разказва Савена Злъчкин. Преди години тя пише за мода, сега твори уникати от прежда. Вълнената нишка ѝ е предадена генетично, неин дядо след Освобождението е заможен търговец на вълна, която изнася с кervани към Солун и Цариград.

Тина БОГОМИЛОВА

„Boh“ е модната библия за Савена. Изданието например продиктува преди месеци плетивата с мъниста, тенденция, която бе подхваната от някои големи производители на прежди, казва тя. Според нея най-висшият пилотаж са бутиковите произведения на независими артисти и дизайнери. Така ги наричат по света, но у нас като цяло плетачът все още е просто занаятчия.

Тенденциите в плетивата се задържат по-дълго, отколкото при конфекцията. От няколко години все повече се търсят натуралните неутрални и естествени тонове. Фешън тази пролет са акварелните цветове - зелен чай, лавандула, морско- и небесносиньо. Също и наситените бонбонени цветове, които създават пролетно настроение и са популярни особено при тийнейджърите.

Висшата мода винаги предпочита естествените материали - памук и бамбук през лятото, вълна (алпака, мохер, ангора,

мерино) за зимата. В САЩ и Западна Европа все повече се търси ръчно преденото и сукано влакно, а цената на плетивото е главозамайваща.

Характерно е и обособяването на стиловете по епохи: години наред например плетачи и дизайнери във Великобритания се посвещават в изработване на модели, наречени „плетивата на Джейн Остин“, дама, чийто дух и до днес оказва силно влияние в англоговорящите страни, разказва Савена. Силни са традициите на ирландското, шотландското плетиво, много плетеници в работата на две игли и финото ирландско изпълнение на една кука.

Италианските дизайнери и при плетивата се отличават с повече пищност, яркост, дързост, но задължително с повече женственост и внимание към изработката и детайла.

Етното при плетивата също е много модерно тази пролет. Моделите и цветовете пренасят както в пустинята, така и в далечни екзотични страни. В комбинация с плетени шалове, чан-



Бански от Елена Гушчина, Кипър

ти и накити.

Семпъл син или кафяв пуловер е ретро, но не излиза от мода.

Ако ще пазарувате плетени дрехи, можете да изпреварите модата и да се облечете фешън за следващия сезон. Заложете на подчертаната талия с вталени пуловери и жилетки. Ако не си падате по тях, и с широки никак няма да сте демоде. Някои дизайнери показаха ефектни пуловери с релефни плетки за следващия сезон. Суперхит ще са и плетените рокли до коляното.

Големи кожени яки, маншети от козина, гарнитури и всякакви кожени детайли украсяват някои от плетените дрехи за есен-зима 2013.

Еlegantни и модерни ще са дългите жилетки и плетени манти, които са перфектен избор при по-топло време.

През последните години става особено популярно филцването - от цели облекла, връхни

или рокли, изработени от филц, до шалове и аксесоари и дребни орнаменти. Руската и полската школа там са много добри, посочва майсторката на иглите. Случва се някой аксесоар да стане особено модерен и да го срещаме в продължение на няколко сезона. Такова е пончото, наметката, напоследък ръкавичките без пръсти, гетите.

Ръчното плетиво все повече се превръща в лукс. Скъпо е и ако нямате баба, която да плете, може да ви се наложи да платите доста за нещо качествено, казва Савена. Но един добър пуловер в класическо изпълнение служи години наред. А за мохерните облекла и шалове, изработени в сложни мотиви, разбирачите казват, че са направо „завещание“.

Колкото до летните модели, освен банските, плетени на една кука, особено модерни са и плетени шорти.



Модел на Фабио Бартелд, показан в тазгодишния априлски „Boh“ - Бразилия

Летен топ на студио „Вадис“





# приготвено от бариста



съм им сервира истинско кафе. Но да, правилно извлеченият екстракт от зърната кафе има не само пътен аромат, но и невероятен вкус" - добави Кирил Кирилов. Той е член на Асоциацията на българските баристи, която всяка година обучава и сертифицира 50-60 професионалисти в приготвянето на черния еликсир.

Според него, за да бъдеш специалист, не е необходимо само да

знаеш как да приготвиш чашата гореща течност. Развиват се техники за рисуване върху кафето с помощта на мляко, сметана, топинг и др., усет за това какво ще се хареса на конкретния клиент, силно развита чувствителност на обонянието към фините аромати.

Според експерти България е незначителен консуматор на висококачествено кафе. Например от най-хубавия

сорт, COE (Cup Of Excellence), грижливо отглеждан в екологични ферми, се внасят около 200-300 кг годишно. "У нас няма кафе култура, що се отнася до качеството на напитката", категоричен е и Славчо Павлов, собственик на заведение в Дупница. Самият той е майстор в приготвянето на напитката и споделя, че само отбран кръг клиенти имат изисквания и оценяват качеството на кафето. "Най-

често българинът си поръчва дълго кафе, обича да го пие продължително, докато разговаря с приятели", допълва Славчо Павлов. Според него хората не са склонни да отделят повече пари за една чаша кафе. Въпреки това е изненадан, че голяма част от клиентите му се включват в инициативата "Висящо кафе", която той и заведението му подкрепят.

Кирил Кирилов твърди, че с малко въображение и повече търпение човек може да си приготи хубава чаша кафе и вкъщи, като много хора продължават да предпочитат турското. Рецептата му за постигане на вкусна черна напитка с помощта на джезве е следната. Към една чаша прясна, без хлор, желязо или други съставки вода се добавя една чаена лъжичка фино смляно кафе (по желание и захар). Щом кипне, джезвото се отмества от котлона. Веднага след това го връщаме на огъня. И така три пъти, за да се извлече максималният вкус от смляното кафе. Според турската традиция, така приготвено, то се сервира в

чашки без дръжки - филджани, обикновено след вечеря. Поднася се с чашка малък аперитив (например ликьор) или с локум.

"Еспресото обаче е най-сложният метод за приготвянето на кафето", отбелязва баристът. Необходимо са не само много знания и умения, но и професионални машини и качествена суровина. "Повечето хора не се замислят върху основните моменти и елементи, които участват в процеса на доставяне на кафе до крайния потребител. Но от храста в плантацията до борсата зрънцата извървяват дълъг път" - каза събеседникът ни. Финалната дума е на бариста, който трябва да извади най-доброто от всеки сорт.

Изкуството върху чашата кафе създава настроение у посетителите и вкарва елемент на уникалност. Няма две еднакви чаши, изрисувани с лате арт. В кухнята на Асоциацията на българските баристи има не само професионални машини, но и цял набор от инструменти за създаване на изящна рисунка. "Приличат малко на зъболекарски" - смее се Кирил Кирилов, но с тях-

на помощ той успява да извае изключителен контур от една капка мляко.

Професионалистът даде и **няколко основни съвета**, ако искаме да сме сигурни, че чашката черен еликсир ще ни достави удоволствие:

1. Купувайте си малки разфасовки, защото, щом пакетът се отвори, до 2-3 дни кафето губи много от ценните си качества.
2. Процесът на изветряване и поемане на други аромати, влагата и негативното въздействие на светлината се ускоряват, ако кафето е мляно. Специалистите по приготвянето на кафе винаги го купуват на зърна.
3. Прясно изпеченото кафе излъчва газове. Когато се вакуумира плътно обаче, то няма как да изхвърли отделения въглероден диоксид и качеството му се влошава. Доброто кафе се доставя в специални опаковки с дюзи, които едностранно пропускат газовете, но не позволяват на кислорода - враг номер едно на кафето, да достигне ценните зърна. Ето защо майсторите баристи не препоръчват да се взема и насипно кафе, което не се знае къде и как е съхранявано и понякога със седмици стои в отворения чувал в магазина.

Мира ВАЛЕНТИНОВА

Всички сме гледали знаменития филмов епос "Титаник" с Кейт Уинслет и Леонардо ди Каприо. На борда на презокеанския лайнер обаче е имало и 38 българи. В навечерието на 101-годишнината от потъването на кораба тръгнахме по българската следа на "трагедията на века".

Нашенци от Ловешко, Троянско, Кюстендилско, Тетевенско, Луковитско, Берковско били тръгнали на гурбет в Америка, взели си билет - трета класа за 7 лири и 7 пенса, и се качили на най-големия пътнически параход по онова време. Изключение прави единствено евреинът Ешкенази от София, който е пътувал първа класа. Още на 15 април американската преса започва да съобщава новини за трагедията. Първите списъци с оцелелите пасажери излизат на 18 април, по българските земи обаче злата вест пристига доста по-късно.

"Официални съобщения за смъртта на близките им са получили чак през август 1912 г." - разказа Анка Чакърва от с. Гумошник. Съпругът ѝ е наследник на един от

## Преди 101 години „Титаник“ потопи българи от с. Гумошник

пътниците на "Титаник". Анка сподели семейната история. Лазар Минков (21 г.) и Пейо Колчев (36 г.) били комшии. И двамата вземат пари назаем (30 златни наполеона) и оставят бременните си жени в Гумошник, за да изкарат малко пари в Америка. "Това обаче било първото им и последно пътуване зад граница" - каза Анка. Въпреки сполетялото ги нещастие двете жени раждат здрави деца - момче и момиче, кръщават ги на загиналите им бащи. "Дали съдбата има пръст, не знам, но двамата се харесали и се взели. Техният син - Петко Чакърв, е мой съпруг. За съжаление той почина", сподели 72-годишната жена.

Лазар и Пейо обаче не са единствените. Събрата им по неволя от село Гумошник - Пенко Найденов, Илия Стойчев, Лалю Йонков, Марин Марков, Стойчо Михов и Недялко Петров, също потъват с "Титаник". На следващата година след трагедията в



троянското село издигнали паметник на загиналите в двора на църквата "Свети Николай Летни". Там почернените роднини положили дрехи и вещи на близките си, за да има какво да оплакват.

"101 години след трагедията ще запалим свещички за паметта на за-

гиналите ни деди. Миналата година положихме мемориална плоча пред паметника", разказа ни кметницата на с. Гумошник - Тошка Пенчева. "Беше пълно с хора, чуха се разкази на потомците, както и стихове на Мила Кръстева от село Гумошник за трагедията "Титаник", допълни сек-

ретарят на местното читалище Ангелина Георгиева.

"Имам две деца и четирима внуци и всички се интересуват за съдбата на прадедовците си - допълва Анка. - С интерес следим какво се пише и показва за "Титаник". Когато преди години излезе филмът, гада-

ехме дали и Пейо, който е бил веселак и с ведър характер, не е танцувал с ирландците в трета класа на кораба" - смее се нашата събеседничка. Тя си спомни и че чичо ѝ изпълнявал една тъжна песен - "Пуста да остане таз Америка", която се пеела в целия Троянски край в памет на загиналите от "Титаник", като се променят само имената на удавилите се.

Още преди време ѝ предложили да се включи в юбилейното пътешествие на круизния кораб "Балморал", който миналата година плава по маршрута на "Титаник". "Билетите бяха много скъпи, така че тази идея отпадна" - с въздишка отбелязва Анка Чакърва. Тя не мечтае за откъдокеански пътешествия, защото е свързана дълбоко с родния край. Мисли как ще отиде до гробищата на паметната дата, защото са на 3 км от селото. Надява се близките ѝ да дойдат с колата и заедно да се помолят за душите на дедите си.



Съвсем наскоро през океана долетя новината: Агенцията по храните и лекарствата в Америка (FDA) призна, че пилешкото месо в САЩ съдържа опасното и причиняващо рак вещество арсен. За родния потребител информацията беше шокираща - щом американците хапват отрова, то кой знае ние какво вкарваме в организма си чрез пернатите. Отдавна вече сме наясно, че храната, която слагаме на трапезата си, е далеч от здравословните норми и стандарти, но чак пък арсен? Доказано е, че в големи дози веществото е смъртоносно. В минимални - канцерогенно. Разликите - в единия случай нещата се случват по-бързо, в другия по-бавно, но изходът е един и същ.

Кристина ПЕШИНА

Използването на арсен за по-бързото развитие и за контролиране на кокцидиозата (чревна заболяване) при птиците е дългогодишна практика. Проблемът възниква, когато се установява, че той не се отделя с фекалиите на пернатите, както се е смятало, а остава в месото. Компанията, в чиито пилета беше установено наличието на канцерогенното вещество, заявява, че ще ги изтегли, но само от пазара в САЩ. В другите държави това ще се случи единствено след изричното изискване от регулаторните ор-

гани на всяка от тях. Така паниката започва да обхваща лека-полека и българския потребител. Какво пилешко похапваме? Откъде идва? Кой следи за наличието на вредни вещества?

Потърсихме отговори от различни инстанции.

### Българската агенция по безопасност на храните

От Българската агенция по безопасност на храните (БАБХ), позовавайки се на данни на специалисти от Гранична инспекция и ветеринарномедицински контрол, ни успокоиха, че пилешко месо от САЩ, както и

# И при пилетата - изберете българското



продукти на въпросната фирма не са внасяни на територията на страната. Становище на д-р Борисов, директор "Контрол на ветеринарномедицинските продукти" в БАБХ, гласи: "Арсенът и неговите съединения не

са включени в РЕГЛАМЕНТ (ЕС) № 37/2010 НА КОМИСИЯТА от 22 декември 2009 година относно фармакологично активните субстанции и тяхната класификация по отношение на максимално допустимите стойности на остатъчните количества в храните от животински произход, следователно ветеринарномедицински продукти, съдържащи арсен и/или арсенови съединения, не могат да бъдат лицензирани за употреба при продуктивни животни на територията на Р България и в ЕС".

### Съюз на птицевъдите

Потърсихме коментара и на д-р Белоредков, председател на Съюза на птицевъдите: "За практиката с арсен съм чувал още през студентските си години. Дали защото бяхме затворена страна, или по някаква друга причина, но при нас тя никога не се е упражнявала. Нито тогава, нито сега".

Арсен може да попадне в птиците и чрез питейната вода. По наредба само такава се дава на пернатите, затова и тя се следи много стриктно. Съдържание на арсен във фуражите или препаратите също е забранено с европейска директива.

Всеки един препарат, който се ползва в България, е проверен. Първо е минал през европейската комисия, а след това през местна инстанция, която допуска до пазара само тези, които покриват изискванията. "С други думи, препарати с арсен не могат да дойдат у нас по легален път. Страхът, че заедно с тях може да се пренесе и някакъв наркотик, прави

контрола особено стриктен", категоричен е д-р Белоредков.

Медикаментите, които се използват за кокцидиозата у нас, нямат в състава си отровното вещество. Стимулатори за растеж също не се използват за родните пернати. "Важно е да се отбележи, че има разлика между ензим и хормон. Ензимите подобряват храненето и са от бактериален характер", уточнява докторът. Хранителната дажба на птиците е добре балансирана с аминокиселини, витамини и минерали. Всичко е нормирано и няма нищо, което да е опасно. Фуражът постоянно се проверява, а системата е отработена от години. Птицевъдните фирми у нас са малко и контролът върху тях е особено засилен. "Затова дори на теория това е невъзможно да се случи у нас. Не мога да гарантирам за месо, внесено от страни като САЩ, Бразилия и Аржентина с огромни пазари. Внесеното от Европейския съюз е по-сигурно, а най-сигурно е българското", твърди д-р Белоредков.

Федерация на потребителите в България

Степента на риск намалява при избора на продукти от родни производители. В това ни увери и Павел Кърлев, председател на Федерацията на потребителите в България. Контрол се извършва върху цялостния процес - от отглеждането и храненето до реализацията на пазара. При вносите няма как да се установи какво е било преди тарелката. "Лично аз смятам, че във времето българинът се убеди,

че може да разчита на българските стоки", категоричен е събеседникът ни.

Проблемът е с вноса. Търгуваме с много държави и контролът трябва да бъде максимално завишен точно там. Пилешкото месо си е рисково. При него най-често съществува възможност за използване на методи за бързо угояване с цел печалба. Много от тях са рискови за здравето. Историята "помни" доста примери. През Втората световна война на войниците започват да им растат гърди. Търсейки причината, се установява, че "феноменът" се дължи на хормоните, с които се захранват пилетата. Важно е при използването на подобни субстанции да се прецени до каква степен те се изхвърлят от организма или се задържат в него.

Дори и да не са опасни за човека, ефектите от някои храни, като рибно брашно за по-бързо угояване на пернатите, са доста неприятни - уж ядеш пиле, пък то миреше на риба!

"Това са все практики, с които успяхме да се справим с времето, но пък се измислят постоянни нови и нови", казва г-н Кърлев.

Сигнали на потребители относно съмнения по качеството на пилешкото не са постъпвали скоро във федерацията. Последните са от преди 3-4 години заради салфетките в тарелките. Абсорбираната в тях вода, като замръзне, увеличава неправомерно теглото на пилето. "Тогава много бързо се реагира и буквално за месеци се преустанови тази практика. Днес не може да видите салфетки в тарелките, но пък производителите намериха други методи да помпат пилетата с вода", разказва Павел Кърлев. Затова се и въведе този регламент за контролиране на допустимото количество вода.

Явно при нас пилешкото бърка само в джоба на потребителя, което си е направо добра новина, имайки предвид другите възможни сценарии. Следващия път, когато сте пред месния щанд, изберете българското. И не само поради патриотични подбуди. Прежалете няколкото лева отгоре, защото на карта е поставено не друго, а здравето ви.

Безопасно - бързо - вярно	
<ul style="list-style-type: none"> <li>гр. София, ул. Ангиста №2-4</li> <li>гр. Варна, ж.к. Младост мед. комплекс Младост - Варна тило А, ет.2, обект №9А /каб.201 и 202/</li> <li>гр. Ямбол, ул. Жельо Войвода №11</li> <li>гр. Бургас, ж.к. Зорница бл.4, вх.1, ет.1</li> </ul>	
02 - 943 11 96 /София/ 052 - 98 36 63 /Варна/ 046 - 66 16 30 /Ямбол/ 056 - 86 66 12 /Бургас/	
info@ramuslab.com	
www.ramuslab.com	

## Нов алгоритъм за оценка на риска от карцином на яйчниците (ROMA)

Злокачествените заболявания на яйчниците често се откриват късно както поради тяхната локализация, така и поради липса на характерни клинични симптоми. През 2009 г. проспективно, многоцентрово, клинично проучване одобрява предсказващ модел на базата на комбинация от два туморни маркера - CA125 и HE4, и изчисляването на ROMA, който оценява риска от овариален карцином. Това дава възможност за своевременно насочване на жени с висок риск към центрове, специализирани в лечението на онкогинекологични заболявания. Данните показват, че ROMA е висок в 95% от пациентите с епителен рак на яйчниците и те са пра-

вилно насочени за терапия.

До момента маркерът CA125 е използван за проследяване на пациенти с рак на яйчниците. Той обаче е с ограничена чувствителност за ранно откриване на редица видове рак на яйчниците. По-новият маркер HE4 е информативен при най-честия тип рак: епителен карцином на яйчниците, и рядко е увеличен при доброкачествени заболявания.

Комбинацията на CA125 и HE4 и изчисляването на ROMA дава специфична и надеждна информация с най-високата чувствителност при определяне на риска за злокачествени заболявания на яйчниците при жени преди и след менопауза.





Луиза е само на 22, още студентка, но вече набира опит на голямата театрална сцена, а ролята ѝ в новия сериал "Дървото на живота" демонстрира стабилно професионално развитие. Без съмнение тя се вписва равностойно в блестящия актьорски ансамбъл на сериала. Между първата и втората ѝ екранна героиня има сто години историческо време и няколко стъпала в социалната йерархия - докато в "Стъклен дом" тя е разглежено момиче от парвенюшкия днешен "хайлайф", в "Дървото на живота" я виждаме като прислужница в заможен дом.

**Луиза, трудно ли беше да влезеш в кожата на покорното слугинче Яна?**

- Беше предизвикателство и изпитание, наистина. Не казвам, че ролята ми в "Стъклен дом" е била по-лесна, а тя ми беше и първата на екран, а и житейски много по-близка, можех повече да черпя за героинята си дори само от едно излизане навън с приятели. Докато в "Дървото на живота" няма откъде да заимствам случки, ситуации, начин на поведение и реакция. Затова изцяло разчитам на сценария, а и по време на снимки винаги можем да се обадим на съответния консултант, който да ни разясни накъде да се насочим.

**- Би ли искала да живееш в това време, преди сто години?**

- Ако не съм слугиня, защо не? Това е красива епоха, с прекрасни костюми. Ако така са изглеждали къщите като в нашия декор, толкова е приятно. Въпреки че е друга епоха, много неща са същите, особено в нравите на хората. Но и промяната е по такава линия. Примерно моята героиня, вярно, че е прислужница и не може да си позволява много, но тя е толкова тиха, смирена. В днешно време няма такива, а ако има, те са без шанс да оцелеят сред хищниците, които са плъзнали навсякъде. В този сериал се разказва за достойни българи, които милеят за своята държава и се борят за нея. И това мен лично ме кара да се гордея, че съм българка. Когато е започнала Балканската война, те са се радвали, защото ще могат да освободят Македония. В днешно време, ако има война, повечето със сигурност ще се изпокрият. Дали бих живяла в това време? Не знам, на мен сега ми харесва

свободата, която имаме. Хората непрекъснато се оплакват, но трябва да спрат да го правят (освен ако нямат някакви физически проблеми). Защото наистина сегашното време ни дава много възможности. Мисля, че ако достатъчно много иска и се бори, човек може да постигне всичко. Имам абсолютно неограничени възможности в света, в който живеем.

**- Липсва ли ти нещо в това време на неограничени възможности?**

- Сега липсва милосърдие, морал и това няма как да се промени, защото всеки гледа единствено себе си и не мисли за общото, за цялото. Не харесвам това, че рушим света около себе си, разсипваме природата, хората стават единаци, нямат големи компании, групи приятели. Не са много тези, на които можеш да разчиташ в днешно време. Всеки, когато има друг приоритет, те забравя и са много малко ценните хора, на които можеш да разчиташ. Нещата в нашето време навсякъде по света куцат на морално ниво, не на материално.

**- Как те избраха за ролята в "Дървото на живота"?**

- Всъщност кастингът стана през айфона. Защото репетирах във Варна "Вуйчо Ваньо", а трябваше за една седмица да решат. Изпратиха ми сцената, режисьорът ми я разясни по телефона. Коледата ми Пенко Господинов застана срещу мен, подаваше ми текста и ме снимаше, аз го изпратих като SMS на продуцентите. Това беше кастингът. После ми казаха, че било ужасно, не се виждало и не се чувало нищо.

**- Значи са поели риск. Не беше ли стъпана донякъде, все пак актьорите в сериала са с огромен опит, респек-**

# Когато околните са щастливи, се чувстваш прекрасно

**С актрисата Луиза Григорова разговаря Галина Спасова**

**тиражи професионалисти?**

- Ами не, познавам почти всички, а и те не ме приемат като малката, дето може да им развали филма. С Мария Каварджикова, Владо Караманов, Теодора Духовникова, Стоян Алексиев играем заедно в едно представление в Народния театър. С Теди и Владо пък сме много близки. Не съм имала по-близък контакт с Христо Шопов, а с Моньо Монов се запознах на терена. Но напри-

болни хора на този свят, аз ли точно имам проблеми? Природата ми не позволява да ми е скучно. Ако дойде такъв момент, веднага се скарвам, и то с близък човек - за да мога след това да се извинявам. Но никога не оставам скарана, мразя някой да ми се сърди, да не ми говори. Ако сгреша и не съм се извинила, после се чувствам зле. Но правя грешки. Страшно импулсивни сме Близнаците. Когато кажа нещо не намясто, защото съм

ужасно много вулкани непрекъснато изригват... Винаги съм жадна за силни емоции и ако това трябва да го изливам върху приятелите си, щяха да се откажат от мен до един (въпреки че изливам голяма част и върху тях). Но ако не е сцената да си изливам всичките емоции, щях да съм полудяла. Много съм чувствителна и имам голяма нужда от любов. След десет години... това, което със сигурност знам, е, че искам да бъда майка, и то не на едно, а на повече деца. Да имам семейство, всички да са здрави, да съм щастлива и да работя.

**- Защо момичешкият блян номер едно днес е манекенството?**

- А, те напоследък искат да са актриси. Защото това ще ги направи известни. Привличат ги красивите, усмихнати лица от снимките, стройните тела. Наистина напоследък масовата мания на тийнейджърките е да бъ-

мен всеки си има своя път и ако си върви по него, ще е успешен. Не е необходимо непременно да се показваш по телевизията, да си в риалити или нещо такова. По-добре прави твоите си неща и стани добър в тях. Бих казала на тези момичета, че няма никакъв смисъл да се занимават с глупости. По-добре е да учат и животът ще им покаже накъде да вървят. И със сигурност техният път е много по-важен и много по-ценен от това, в което те на всяка цена искат да се превърнат. Да си известен не е толкова трудно и ако го искат много, съм сигурна, че могат да го постигнат. А и в България изобщо не е трудно да станеш известен.

**- Доста си попътувала като модел. Къде се чувстваш най-добре?**

- Най-прекрасен спомен имам от Тайланд. Там хората са много освободени и това изключително ми допада. Нямат задръжки към това дали си бял, черен или какъвто и да си. Приемат те винаги с отворени обятия. Страшни купонджии са! Живеят си техен, съвсем различен живот, но се вижда, че им е добре. А когато околните са щастливи, и ти се чувстваш прекрасно. Например в Китай ме разглеждаха като музеек експонат по улиците заради това, че съм бяла.

**- Успя ли вече да си изработиш щит срещу жълтите писания?**

- Аз никога не съм се трогала от тях. Беше ми неприятно в началото. Сега вече ми е просто адски смешно. Хората не се интересуват да узнаят, че си добре. Трябва на първа страница да пише - "Ужас", "Ад", "Смърт". Тогава вестникът се продава.

**- Освен сцената имаш ли и друга автотерапия?**

- Харесва ми да спортувам, ходя на фитнес редовно. Обичам да съм сред природата. Напоследък не мога да го правя, защото много работя, но мисля цяло лято да се зареждам - на море, на планина. Мечтая за едно хубаво лято и го пожелавам на всички.



мер Христо е човек, който така предразполага и е толкова добър и искрен актьор... И всичките са такива, просто не можеш да не влезеш в техните релси. В момента, в който погледна в някоя сцена Мария Каварджикова в очите, до такава степен виждам истинност, че успявам напълно да се потопя в образа, да забравя, че има камери. Защото, ако не виждаш опора в актьора срещу себе си, без да искаш, се отдръпваш. Много е лошо да играеш с недобри партньори.

**- Как се "сработваш" със себе си? За твоята зодия по описание това е нелеко...**

- Ох, Близнаците като цяло са много готини хора, но с големи проблеми. Хубаво е, че сме отворени - не познавам никого от зодията, който да не общува много, и то с всякакви хора. Естествено това може да се промени за 10 секунди и да станем ужасни темерути. Аз примерно обичам да страдам. Дори когато няма проблем, си го създавам, за да има какво да преодолявам. Това става несъзнателно, но по-късно си давам сметка и си казвам - добре де, има



избързала, не съм помислила, после съжалявам. Майка ми винаги ми казва да съм по-сдържана, да не прибирвам. Да дишам дълбоко няколко пъти, преди да се ядосам и да избухне вулканът!

**- Как се виждаш след десет години?**

- Не бих могла да не съм актриса. Ако не беше тази професия, аз сигурно щях да съм си срязала вените. Ако не беше сцената и камерата, но най-вече сцената, нямаше да мога да се справям с всичките си тревоги и проблеми, които сама си създавам, с всичките си мисли, с огромната си чувствителност. Защото в себе си имам много енергия, чувства се преплитат,

**Не харесвам това, че рушим света около себе си, разсипваме природата, хората стават единаци, нямат големи компании, групи приятели**

дат известни, това става най-важното за тях. Ужас! Готови са да сложат във Фейсбук най-отвратителни и долни снимки, само и само да привлечат внимание. Според



Дни преди най-светлия празник Възкресение Христово всички се подготвят, водени от пролетните пориви и религиозните вярвания. В обичайната суматоха щедро се смесват местни и чуждоземни, а дори и езически обичаи с една цел - да е още по-пъстро, по-радостно, по-вкусно. Но само отличниците ще намерят идеалния баланс между дълбоките духовни послания на християнската традиция и съпътстващите ги битови проявления.

### Религиозният код на празника

Често се чудим защо католиците и православните християни посрещат кога по едно и също, кога по различно време Великден. Общата основа е денят, определен от Първия вселенски събор в Никея през 325 г. Но православните използват Юлианския календар и празнуват между 4 април и 8 май, а католиците - в дните между 22 март и 25 април според Грегорианския календар. Протестантите честват Великден според местните традиции - на Запад с католиците, а на Изток заедно с православните.

• Страстната седмица започва с влизането на Христос в Йерусалим и завършва с възкръсването му. Тя е последната от Великите пости, най-продължителните през годината. Непосредствено преди Великден три дни

вярващите тримирят - не се яде или пие нищо освен малко вода, след което се причестяват.

• Богослуженията през тази седмица са посветени на страданията и смъртта на Исус. Най-тържествени са службите от четвъртък до събота.

### Светският и духовният график

Събота и неделя преди Страстната седмица (т.г. 27-28 април, Лазаровден и Цветница) е последният срок да измиете прозорците и да направите великденската декорация на дома, а и да поздравите близки и приятели с имена на цветя. Входната врата украсете с преплетените върбови клонки, които донесохте, осветени от църквата.

Както хората са обличали по нещо новичко на празника, така и вие можете да впрегнете въображението си и да напра-

# Великденско настроение



вите нововъведение: пръстени за салфетки или великденско дърво за украсата на празничната трапеза. Голямата компания, която сте поканили, изисква още много грижи.

**Велика сряда, 1 май**

Вече трябва да сте поръчали прясното агнешко или ярешко месо (винаги за предпочитане пред замразеното) и да

данията на Исус. Служат се Велик маслосвет, Василиева литургия и Последование на 12-те Евангелия.

**Разпети петък, 3 май**

Прегледайте празничния сервиз и приборите. Подгответе за виното декантер, кана, чаши. Свежа, нетипична комбинация на трапезните аксесоари, жълти салфетки и дори само дъхави пролетни цветя на масата - всичко това ще допринесе за уют и неповторимостта на празника.

Велики петък, или Разпети петък е най-тъжният ден от Страстната



сте направили списъка с покупките на хранителните продукти и още един - за дейностите, които сте предвидили. Не чакайте последния момент, за да се изнервяте от опашките и ценовата истерия чисто по български.

**Велики четвъртък, 2 май**

Днес по изгрев слънце се боядисват яйцата от най-възрастната жена в къщата, а младите ги украсяват. Ако сте прекалено заети, имате възможност да свършите това и в събота. Можете да поръчате от пекарна готови козунаци. На прибиране от работа довършете пазаруването за празничната трапеза. Сортирайте покупките, а напитките сложете за изстудяване в хладилника.

На Велики четвъртък вярващите си припомнят четири знаменателни събития, за които се предполага, че са се случили точно на този ден. Това са Тайната вечеря, молитвата на Исус в Гетсиманската градина, умиването на нозете на апостолите от техния Учитель в знак на смирение и предателството на Юда. На утрешната (отслужва се вечерта) се четат 12 откъса от Евангелието, които разказват за стра-

седмица, защото именно тогава Божият син претърпява неимоверни страдания и е разпнат на кръст, "изтезаван за нашите беззакония и мъчен за нашите грехове". Според евангелските текстове на Разпети петък се раздрали небето и земята, слънцето скрilo лика си, тъмнина надвиснала над Голгота. Това е ден за душевно пречистване. На същия този ден Исус бил погребан. В храмовете се отслужва опело. Според православната традиция в края на вечерната православните християни минават под масата с Плащаницата в знак на смирение и покаяние и си вземат осветен здравец от храма. Католиците пък се покланят на Светия кръст. На Разпети петък постът е особено строг - вярващите не ядат и не пият нищо (дори вода) и не се похваща никаква късна работа.

**Велика събота, 4 май**

Дано сте разпределили добре задачите през седмицата и да имате повече време за съпреживяване на радостта от празника, защото това е по-важно и от най-богатата трапеза. Не успеете да боядисат яйцата в

четвъртък могат да направят това в събота. Днес е моментът да експериментирате - в Страстната събота преди изгрев слънце се месят великденските обредни хлябове и козунаци. Те се приготвят с мазнина и се мажат с жълтък. С великденските хлябове хората изразявали почитта си към Спасителя. Пригответе яйца и козунаци за църквата и за раздаване. Остава да маркиновате агнешкото и да подгответе дроб сармата и гарнитурите, а това не би трябвало да ви отнеме повече от два часа.

На Велика събота се служи вечерня с Василиева литургия и се възпоменава погребението на Христос, пребиваването на тялото в гроба, слизането в ада за възвестяване на победата над смъртта и за избавлението на душите. Богослужението започва от сутринта и продължава до вечерта. Събота вечерта Плащаницата се внася обратно в олтарта минути преди пасхалното шествие на кръста. Западната традиция повелява на Велика събота да се извърши освещаване на огъня. Запалва се специална свещ - Пасхалия, която се слага на олтара. През целия ден в храмовете се освещават яйца, козунаци, ястия, хлябове, предназначени за празничната трапеза. Хлябът не се реже, а се разчупва. Смята се, че и той има душа. Великденските хлябове са различни по форма и предназначение: кръгли, продълговати, краваи, за кумове, за семейството.

**Великден, 5 май**

Христос Воскресе! Чукнете се с яйцата и хапвайте козунаци за здраве и берекет! За днес остана да сложите агнешкото (според традицията жертвеният агнец символизира Спасителя Христос) във фурната и да нарежете салатите. Припомнете си хранителните особености на гостите, които очаквате - ако някой не обича пролетните зеленции, сложете нарязани лук и чесън в купичка до салатата. Ангажирайте повече помощници за нареждането на празничната трапеза, за да имате време да се пригответе и с настроение да посрещнете гостите си.

На Възкресение Христово (Великден) - за разлика от другите неделни дни, няма литургия, тя се отслужва след полунощ в събота вечерта.

Светли великденски празници ви пожелава  
**Бойка ВЕЛИНОВА**  
Снимки авторката

## Кухнята - символ на семейното огнище

Кухнята е помещението във всеки дом, което някак подсъзнателно се асоциира с топлината и уюта му. Тя е притегателен център за цялото семейство

и огледалото на нашия начин на живот. Модерните кухненски електроуреди дават все по-голяма възможност да живеем според нашия стил, предпочитания и желания. Съвременните тенденции при кухненските помощници до голяма степен се диктуват от потребителското търсене. Изискани, удобни, с интегриран дизайн, енергийно ефективни електроуреди предлагат възможност за здравословно и лесно приготвяне на храната и стилен начин на живот. Популярност набират плотовете за затопляне на чинии, уредите за готвене на пара и вградените грилове. Луксът е характеристика на модерните готварски електроуреди и това се вижда с просто око - визията е приканваща и събужда желание за вкусно меню. Всяка домакиня иска да спести време, сили и да има красиви ръце с маникюр, така че не може да пренебрегне и начина за почистване на уреда. Истинско революционно постижение на пазара са фурните от серията HL с технология за самопочистване HYDROCLEAN. Тя позволява само в рамките на 24 мин и при температура 60° C да отстраним всякаква мръсотия от вътрешността на фурната, бързо, енергоефективно, без опасност от изгаряне и без използване на почистващи препарати.

Задължително за съвременната кухня е присъствието на абсорбатор или аспиратор, който да отвежда или поглъща нежеланите пари и миризми, отделяни при готварския процес. Изборът е много голям както според функциите, така и според дизайна. Ако печката е разположена в кухненски остров, особено популярно решение е аспираторът да е разположен като комин над готварските котлони. Друг популярен вариант са абсорбаторите за вграждане в шкаф, а стенните абсорбатори тип камина с вертикален дизайн съчетават удобството и модерния стил на съвременната кухня.

Новите предложения са за все по-енергийно ефективни уреди. Предпочитани от повечето семейства, те позволяват да се намаляват максимално разходите за електричество. Намирането на най-подходящите електроуреди за вашата кухня е подход при създаването на уникален индивидуален стил. Изборът и съчетаването на подходящите уреди повишават качеството на живот и стойността на вашия имот.

Разгледайте предложенията на ТЕКА България на Техномобел, Интер Експо Център, от 23 до 27 Април 2013 (10-18.30 ч.) в зала 1, щанд С4

За допълнителна информация: тел. 070017880 на цената на един градски разговор



МИХАИЛ МИЦЕВ

### Отговори на кръстословицата от бр. 14:

**ВОДОРРАВНО:** Кълвач. Табулатор. Тас. РИО. Екарисаж. ЛАГУНА. Акт. Онора (Роже). Енеди (Илдико). "Еди". Овод. "Небето на Велека". Младенец. Мас. Нар. ЕКА. Ра. ТДК. Окото. Ат. Еролов (Тамер). Палати. "Моно". "Ама". УЛЕ. Обем. Од. Нада. Ориноко. Аниз. Нена ("Невеста Нена"). Опал. Наречен. Наган. Атила. Еленов (Димитър). Ренета. Ето. Отит. Ренин. Тацит. Арам. Копан. Торос. ТА.

**ОТВЕЧО:** Върколак. Лопата. Литва. Оператор. Иво. Одета. ИЛИ. Одеколон. Лом. Учен. На. Абонат. Конe. Атека. Ик. "Старецът и морето". Араб. "Ел". Оби. "Вчера". Усет. Енен (Жюстин). Алано. Анон. Ажен. Ромон. Вит. ТТ. Дама. Один. Но. Олива. Ен. Зар. Ера. Естрон. Гето. Гел. До. Ананас. "Студен кладенец". Аника. Оман. "Тит". Оса. "Арева". Арата.

**ΛΕCHO**

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

**СРЕДНО**

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

**ТРУДНО**

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



# Марек обра златото на България

Ани КАЛЕВА

## Първата истинска титла за Марек

През 2013 г. отборът от Дупница записа най-големия си успех в своята клубна история - титлата в Суперлигата е първата "истинска" за клуба. Преди 12 месеца Марек Юнион-Ивкони също спечели златните медали в първенството, но те им бяха присъдени служебно.

През настоящия сезон обаче положението бе съвсем различно, а волейболистите от Дупница извоюваха трофеите с много труд. И макар за финалните двубои на първенството и Купата шампионите да нямаха особени проблеми, то в предходещите фази не бе така. Отборът на Нефтохимик 2010 се оказва трудно препятствие по пътя към успеха, като на два пъти - в двата полуфинала на надпреварите, бе много близо до елиминирането на съперника си. На Купата в Габрово волейболистите от Дупница проявиха истинско героство, като обърнаха бургазлии от 0:2 до 3:2, а в полуфиналната серия на шампионата надвиха трудно Нефтохимик с 2:1 победи.

## КВК Габрово - търпението на габровци бе възнаградено

Отборът на КВК Габрово завърши със сребърните медали в Суперлигата при мъжете. Тимът достига за първи път до финал в първенството и като вице-шампион записа най-голямото си постижение в клубната си история досега. В спора за титлата оба-

Около седмица след като дамите на ЦСКА-Демакс завоюваха за четвърти пореден път шампионската титла на България при волейболистите, и силният пол в този спорт има своя първенец. Той също е познат и логичен - Марек Юнион-Ивкони, който за разлика от миналата година направи златен дубъл с Купата на България. Във финалните битки дупничани надиграха КВК Габрово с 2:0 победи в "Арена Самоков". Габровци пък останаха със сребърните медали. Тройката в шампионата се оформи от Левски Волей.

че габровци нямаха отговор на Марек. За свое съжаление волейболистите от Габрово не успяха да стигнат и до финал в турнира за Купата на България пред собствена публика. Те отстъпиха пред шампионския дух на ЦСКА. На международна сцена тимът достигна до 1/8-финали в турнира за Купата на претендентите, а тези успехи хвърлиха в еуфория местната общественост и доведоха до голям интерес към волейбола в региона. Така след влизането си при елита преди три години, след два напразни опита за пробив, гарнирани с добра финансова подкрепа, на третия път нещата се получиха.

## Левски Волей - разочарование след разочарование

Едно от най-големите разочарования през настоящия сезон бе за състезателите на Левски Волей, които завършиха на трета позиция в шампионата. В началото клубът афишира големи амбиции за спечелване на титлата и пробив в Европа, като за целта бяха събрани доста настоящи и бивши национали. "Сините" тръгнаха добре, но треньорът Мартин Стоев реши да хитрува и да се играе симулативно в евротурнири-

те. В опит да избяга от неудобното положение Мартин Стоев прие предложението от румънския Томис, който бе напуснал само месеци преди това след скандал и се бе закачил да съди. Треньорът взе със себе си опитния диагонален Костадин Стойков. След него си тръгнаха и близнаците Братоеви, които заминаха за чужбина. Да спасява положението бе извикан бащата на Мартин Стоев - Стоян Стоев. В крайна сметка "сините" завършиха на трето място, но остава горчилката от нереализираните планове и пропуснатите шансове.

## Монтана - най-високото стъпало досега

Тимът от Монтана зае четвърто място в крайното класиране. Въпреки че е най-високото постижение в Суперлигата досега, позицията не се отчита като успех. Все пак тя е приемлива с оглед състава, който се слобяваше в последния момент, като от местната школа има само двама-трима волейболисти. До последно нямаха и треньор, а след завършването на Северин Димитров четвъртото място се оказа най-доброто с наличните средства.



## Нефтохимик 2010 - нереализиран потенциал

Нефтохимик 2010 (Бургас) започна сезона с амбициите за присъствие в тройката на шампионата. За целта бе привлечен като треньор бившият национал Даниел Пеев, който доведе и опитния централен блокировач на ЦСКА Стоян Самуев. От чужбина се завърнаха легионери, като клубът сглоби стабилен отбор от опитни играчи. След неуспешно начало съставът разгръна силите си едва във втората част на първенството. Нефтохимик достигна до полуфинал в шампионата, но схемата на първенството, при която се играе само за титлата, го върна на петото място в крайното класиране - позицията, на която завърши в редовния сезон.

## ЦСКА - финансов колапс

Доскорошният властелин в мъжкия волейбол у нас ЦСКА приключи на незавидното шесто място в първенството. Тимът, който няколко години подред печелеше титли и купи без конкуренция, едва успя да спаси сезона. "Червеният" клуб изпадна във финансов колапс и като се наложи да предприеме мащабна, безпрецедентна за България, кампания под наслов "100 сърца за ЦСКА" за привличане на финансови средства с цел оцеляване. Треньорът и собственик Александър Попов успя да обедини иг-

рачите, които се състезаваха почти без пари, а водеща бе "червената" идея. Въпреки това армейците не се предадоха и играха на четвъртфинал в първенството, където бяха отстранени от Левски с 2:1 победи.

## Пирин - най-голямото отстъпление

Пирин (Разлог) отбеляза най-голямото отстъпление от всички клубове в елита. Финалист през миналия сезон, сега отборът завърши едва на седма позиция в крайното класиране. Явно разочаровани от миналогодишната ситуация, в която БФВ отсъди служебна титла за Марек, шефовете на Пирин решиха да разпродадат най-опитните си играчи и заложиха на млади състезатели от собствената си школа. Удар под кръста обаче бе нанесен на клуба на полусезона, когато Виктория Волей (Пловдив) си прибра обратно двама от най-талантливите играчи на Разлог - близнаците Розалин и Чоно Пенчеви.

## Арда - винаги си тече

Отборът на Арда и в добри, и в лоши моменти винаги намира начин да оцелява! През този сезон тимът започна със свит бюджет, което не доведе до желаната селекция. По тази причина основни играчи заминаха за чужбина, а главният мотор Невен Нешев се контузи. Въпреки това обаче кърджалий-

ци отново се показаха като бойци и успяха да се вредят в осемте отбора, играещи на плейофа в Суперлигата. За тази фаза те изместиха Виктория Волей, но впоследствие битката им с шампиона Марек бе предрешена и останаха на почетното осмо място.

## Виктория Волей - недоказалият се отбор

Вече втора поредна година Виктория Волей опитва да се докаже при най-добрите тимове в Суперлигата, но неуспешно. На полусезона ръководството на клуба направи два удара, като взе за треньор бившия ни национал Николай Желязков и прибра двамата най-добри състезатели на Пирин. И тези действия обаче не донесоха нужния ефект, като пловдивчаните останаха на 9-о място и попаднаха в зоната на изпадащите. За тяхна радост обаче те спечелиха плейаута с втория отбор от Висшата лига - Ботев (Луковит), и запазиха мястото си в Суперлигата.

## Славия - пълният аутсайдер

Отборът на Славия, който иначе има много преотстъпени състезатели у нас и в чужбина, се превърна в пълния аутсайдер на Суперлигата през този сезон. Тимът реализира само две победи и завърши на последно място, което означава изпадане в по-долната група - Висшата лига.

Bgvolleyball.com



## TV АКЦЕНТИ

### Вторник, 16 април

21:30 ч. Байерн - Волфсбург (футбол, Купа на Германия) по Нова спорт  
23:40 ч. Арсенал - Евертън (футбол, Висша лига) запис по Нова спорт

### Сряда, 17 април

17:45 ч. Левски - Локо Сф (футбол, Купа на България) по БНТ 1 и БНТ свят  
21:45 ч. Интер - Рома (футбол, Серия А) по News 7  
21:45 ч. Уест Хем - Манчестър Юн. (футбол, Висша лига) по Нова спорт  
22:00 ч. Фулъм - Челси (футбол, Висша лига) по Диема

### Четвъртък, 18 април

15:30 ч. Славия - Берое (футбол, Ку-

па на България) по БНТ 1 и БНТ свят

### Петък, 19 април

18:00 ч. Галил Гилбоа - Куманово (баскетбол, полуфинал, БЛ) по БНТ свят  
19:00 ч. Бохум - Санкт Паули (футбол, Втора Бундеслига) по Евроспорт 2

20:45 ч. Р. спортист - Левски (баскетбол, полуфинал, БЛ) по БНТ свят

### Събота, 20 април

15:00 ч. Литекс - Левски (футбол, А група) по ТВ 7  
17:00 ч. Локо Сф - Ботев Пд (футбол, А група) по News 7  
17:00 ч. Фулъм - Арсенал (футбол, Висша лига) по Диема

### Неделя, 21 април

14:00 ч. Миньор - Лудогорец (футбол, А група) по News 7  
15:30 ч. Тотнъм - Евертън (футбол, Висша лига) запис по Нова спорт  
15:40 ч. ЦСКА - Славия (футбол, А група) по БНТ 1 и БНТ свят  
18:00 ч. Баскетбол (финал, БЛ) по БНТ свят

18:00 ч. Ливърпул - Челси (футбол, Висша лига) по Диема

### Понеделник, 22 април

21:15 ч. Дуисбург - Кьолн (футбол, Втора Бундеслига) по Евроспорт 2

**Забележка:** В. "Животът днес" не носи отговорност за настъпили промени в програмата.



# Рекордно участие в „Сарженор кърп“

**Националът Тихомир Грозданов спечели престижния турнир**

Българският тенис ас Тихомир Грозданов защити титлата си на престижния турнир "Сарженор кърп". Националът стана деветият шампион, като за трета поредна година заслужено спечели купата. Но преди да постигне този убедителен "хеттрик", Тихомир, или Тото, както го наричат тенис средите у нас, четири пъти достига до финала.

Румен ЛЕОНИДОВ

Норденият във Варна шампион и този път бе безапелационен по пътя си към титлата - в крайна сметка успя да му вземат само един сет. Това стана на полуфинала, където поставеният в схе-

мата № 1 Грозданов, защитаващ честта на клуба домакин ТК "Левски", надделя над Петър Трендафилов ("Севлиево").

Варненецът спечели първия сет, направи пробив във втория и при 5:4 сервираше за място на финала. Тогава обаче Трендафилов върна брей-



Тихомир Грозданов заслужено грабна купата

ка. Стигна се до тайбрек, в който Тихомир губеше с 1:4, но навакса и стигна до 5:4 точки. После Трендафилов стигна на два пъти до сетбол и втория път успя да изравни частите. В решителния сет след разменени пробиви в началото Грозданов наложи волята си и спечели.

В другия полуфинал

вторият поставен в схемата Валентин Димов (ТК "НСА") се наложи над четвъртия Динко Халачев (ТК "Хасково") с 6:2, 5:7, 6:1. В първата част националът Димов допусна пробив за 1:2, но след това спечели пет поредни гейма, а с това и сета. Във втория левичарят Халачев беше по-концентриран и успя да изравни общия резултат. В заключителната част обаче Димов демонстрира класата си и не допусна да бъде неприятно изненадан.

На 12 април най-верните столични фенове на тениса с нетърпение очакваха финалът на турнира



Д-р Петър Велев връчва наградите на победителите

да бъде изключително оспорван, защото един срещу друг се изправиха Грозданов и Димов, и двамата национални състезатели. Съдия на срещата бе Елена Андонова, която много прецизно следеше развитието на двубоя. Но най-неочаквано за всички до драматичен дуел, изпълнен с обрати, не се стигна. Защото Тото се оказа доста по-свеж от своя съперник, въпреки че само дни преди това в Пловдив бе изиграл два тежки мача срещу националите на Естония, и двата решаващи за отборната ни победата. Тихомир бе и по-мощен в сервисите, и по-находчив в отиграванията от Валентин. И бързо надделя с 6:2, 6:2. В случая не толкова победата на Тихомир бе неочаквана, колкото резултатът от нея, защото за последните няколко месеца това е техният трети финал - след турнира "Д-р Тодор Тодоров" и държавното

първенство в зала. И за трети път победата отива при Тихомир.

На двойки титлата заслужиха Петър Атанасов (ТК "Хасково") и Фердун Шефкедов (ТК "Локо 98", Пд), които се наложиха с 6:2, 6:1 над братята Андреас и Тони Нейкови (ТК "Стоянстрой", Пд).

Имената на победителите обяви главният съдия на турнира Любомир Бадински, председател на съдийската колегия на Българската тенис федерация, а наградите връчи д-р Петър Велев, собственик на фармацевтичната фирма "Екофарм".

Благодарение на Димитър Войнов и Явор Цаков, организатори и домакини на турнира, и тазгодишното му издание се проведе перфектно. Състезанието ще се запомни с рекордния си брой участници - 74 състезатели от 30 клуба.

През тази година предстоят още два традиционни турнира, които ще минат под егидата на "Екофарм" - тези за аматьори и лекари. На червените кортове в Борисовата градина първо ще премерят сили най-добрите аматьори в тениса, а след това ще се съберат и онези български медици, които предпочитат редовно да релаксират с помощта на ракетите.

От следващото издание престижният тенис турнир ще се нарича „Амбинор кърп“.



Шампионите на двойки Петър Атанасов и Фердун Шефкедов

## CHONDROSAVE

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

**ECOPHARM**

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

МОЖЕТЕ ДА СПЕЧЕЛИТЕ

05 МАЙ 2013

## СПЕЦИАЛЕН ВЕЛИКДЕНСКИ ТИРАЖ

КЪДЕ СЕ КРИЕ ЗАЕКА?

ОЧАКВАЙТЕ ВЕЛИКДЕНСКОТО "ТЕГЛЕНЕ НА ТИРАЖИТЕ НА ИГРИТЕ НА СПОРТ ТОТО" ПО БНТ.

СПОРТ ТОТО



Екипът на Renault Design и британският дизайнер Рос Лавгров разбулиха концепцията Twin'Z. Тяхното сътрудничество обединява два свята - на мебелите и на автомобилите, където дизайнът играе важна роля. Twin'Z е най-новият френски концепт, който илюстрира новата стратегия на Renault - забавен и модерен градски автомобил, който предизвиква емоции и възбужда сетивата. Създателите са се вдъхновили от емблематичните модели Renault 5 и Renault Twingo. Twin'Z е електромобил с монтиран отзад мотор и задвижване на задните колела. Renault покани Рос Лавгров да добави някои дизайнерски штрихи и му даде пълна свобода да се развихри в интериора. Дизайнерът изрази брутално личната си визия

за автомобила, черпейки вдъхновение от природата, а резултатът комбинира безпрецедентна игра със светлината и органичните форми. За първи път от Renault не избраха автосалон, за да представят новата си студия. Спряха се на място, което е повече от предизвикателно - Salone Internazionale del Mobile di Milano, където се провежда главното събитие на годината в дизайнерската индустрия. Тежакът 980 кг Twin'Z развива максимална скорост от 130 км/ч. "Електричката" разчита на четири пакета литиево-йонни батерии. Моторът има мощност от 68 к.с. Максималният въртящ момент е 226 Нм. Купето, което е дълго 3,6 м, е направено от въглеродни влакна. Напрежението е 96 V, а автономният пробег - 160 км.

# Renault Twin'Z пречупва светлината



## БГ ПРЕМИЕРА

# Dacia Logan



Новият Logan дебютира на Парижкия автосалон в края на 2012 г. Тествах я в началото на март т.г. и убедено твърдя, че тя принадлежи към новите модели на Dacia, чието бъдеще ни показва съвременният ван Lodgy. Атрактивният дизайн на Logan е допълнен от модерни решения, които са съобразени с имиджа на бюджетния автомобил. Големите фарове, по-напопнатите калници и широката решетка придават усещане за

много здрав автомобил. Силуетът е леко преработен, за да се постигне добра аеродинамика. Интериорът е семпъл, но в никакъв случай това не е решение в ущърб на комфорта. Купето е много просторно, достъпът до големия багажник е лесен. Моделът се предлага с нови 15-цолови алуминиеви джанти, които му осигуряват по-динамичен вид. Добавени са два дебютни цвята за каросерията - персийско синьо и класическо бежово. Арматур-



ното табло е решено в модерния тъмен карбон, контролните уреди са с хромирани рамки. На големите и отлично четими уреди излиза информация за външната температура, час, индикатор за мигачите, моментен и среден разход на гориво, оставащ пробег с горивото на борда, следващото сервисно обслужване и др. Съвременната навигационна система е с богата карта. Аудионавигационната системата Media Nav включва сателитна навигация, CD плейър, който поддържа MP3 формат и USB порт, Bluetooth, както и жак, разположен на централния ъ панел. За първи път в гамата на Dacia имаме круиз контрол. Сервоусилвателят на волана присъства при всички версии, автомобилите отговарят на стандарта Euro 5 и имат подобрена шумоизолация. За по-високо ниво на безопасността Dacia Logan се предлага със странични въздушни възглавници и ESP. Изцяло новият TСе 90 - 3-цилиндров бензинов турбодвигател, предлага по-висок статус на придвижване. По време на теста средният разход беше едва 6,3 л на 100 км при активно каране. Мощността на агрегата с работен обем от 898 куб.см е 90 к.с. и се постига при 5250 об./мин. Обемът на багажника е 510 л и е №1 в сегмента.

## СПЕЦИАЛИСТЪТ СЪВЕТВА

# Провери амортизаторите

След зимата и редовното минаване през дупки, коловози и канавки е добре да проверите здравината на амортизаторите. Те, образно казано, са маслени помпи, защото имаме бутала, захванати на бутален прът, които изтласкват масло под налягане в цилиндър. При движение на окачването нагоре и надолу маслото минава през малки отвори, разположени в буталата, и така осигурява постоянен натиск на автомобила върху пътя за по-добро сцепление. Препоръчва се веднъж в годината, след зимата, или на 20 000 км пробег амортизаторите да се проверяват. Изключително важна е целостта на маншоните към тях. Ако те са напукани или скъсани, пропускат прахотляк и дребни песчинки. Така си гарантирате сериозен проблем с амортизаторите. Ако по тях откриете течове на масло, пак сте за сервис. Другата проверка е механична - натиска се колата вертикално до всяко колело и после се отпуска рязко. При здрави амортизатори почти нямаме люлеене на автомобила, но при повредени ще установим клатушкане. Ако имате по-къс спирачен път, повишено люлеене при страничен вятър, повече хлъзгане при мокра настилка и след рязка спирачка, е добре да идете на проверка със стенд в сервис. Препоръчително е да се подменят и четирите амортизатора, а не например само повреденият, но това е въпрос на финанси.

Страницата подготви  
Станчо ШУКЕРОВ

Всички  
продукти  
в елегантна  
чантичка

ECOPHARM  
WWW.ECOPHARM.BG

## ПРОМОЦИЯ за м. Април

Комплект **NeOx** капсули и олио,  
+ **погарък - крем!**

**Комплексна грижа  
за стави и мускули!**

**Търсете в аптеките!**



# ЖИВОТ & ЗДРАВЕ

16 - 22 АПРИЛ 2013

## Мръсният въздух е убиецът на XXI век



**В**лошеното екологично състояние на планетата и конкретно мръсният въздух е причина за смъртта на 4 милиона души годишно. Това са резултатите от мащабен статистически отчет, изготвен от група учени, работещи в различни университети на три континента.

Според доклада, разпространен от тях, негативно влияние на отровните вещества във въздуха върху организма на човека през последните 20 години се е увеличило със 760%. Днес от заболявания вследствие на замърсения въздух умират 14 пъти повече хора, отколкото през 1990 година. Ситуацията е особено тревожна в икономически развитите страни, чието население ползва повече видове горива. Но най-уязвими са жителите на държавите от Близкия изток, Африка и Източна Европа, където стандартите в сферата на екологичната безопасност и до момента слабо се спазват.

### НОВОТО В HEALTH.BG



Дълголетие по гръцки

[www.health.bg/18437](http://www.health.bg/18437)



С какво да задоволим глада между храненията

[www.health.bg/18449](http://www.health.bg/18449)



Как червеното месо запушва артериите

[www.health.bg/18439](http://www.health.bg/18439)

## Нови възможности за пациентите с астма

На годишната среща на Американската академия по алергии, астма и имунология в Сан Антонио - Тексас, САЩ, за първи път бяха представени данни, че активното вещество tiotropium, приемано веднъж дневно чрез специално инхалаторно устройство, значително подобрява белодробната функция и намалява обострянето на астмата, независимо от алергичния статус на пациента. "Пациентите с астма могат да реагират различно на терапиите в зависимост от техния алергичен статус. Затова е

важно да се проучват нови терапии както при пациенти, които имат алергии, така и при такива, които нямат", заяви д-р Марк Вандеуокър - директор на център за клинични изследвания в Озаркс, Колумбия, Мисури. Според него резултатите от проучванията на препаратите на фармацевтичната компания "Бьорингер Ингелхайм" показват, че се постига допълнително разширение на бронхите и се намалява остротата на заболяването при пациенти, които продължават да имат симптоми въпреки приема на инхалатор-

ни кортикостероиди и дългодействащи бета-2-агонисти.



## „Актавис“ дарява медикаменти на Българския червен кръст

Компанията "Актавис" ЕАД, която е част от третата най-голяма специализирана фармацевтична компания в света - Actavis Inc, се отзова на призива на правителството за солидарност и дарява на БЧК медикаменти от продуктовото си портфолио на стойност 50 000 лв. Това са медикаменти от първа необходимост (противоболкови, понижаващи температурата, против стомашни болки и проблеми, противокашлени); антибиотици; препарати за сърдечносъдовата система; витамини и поливитамини; гелове за ставни и артритни болки; антихистаминови препарати (за спастични бронхити); детски сиропи. Чрез БЧК медикаментите ще стигнат до болници и социални домове в страната. Компанията се надява това дарение да бъде един от първите добри сигнали за обединението на правителство, индустрия и неправителствен сектор в настоящия тежък за много от нашите сънародници момент.

**Целулит?**  
**Без паника, моля!**

**Asam® 50**  
от 1963 г.  
Произведено в Германия!

**Комплексна програма Кройтерхоф**

**АНТИЦЕЛУЛИТЕН ДУШ ГЕЛ ЕКСФОЛИАНТ 200 мл**



Стимулира микроциркулацията и съдейства за по-гладка и стегната кожа. Идеално подготвя кожата за следващите стъпки от антицелулитната терапия.

**АНТИЦЕЛУЛИТЕН СЕРУМ 50 мл**  
Интензивна 10-дневна терапия срещу целулит.



Високотехнологичният патентован комплекс Liporedux комбинира карнитин, кофеин и есцин от див кестен – съставки, които редуцират мастните депа, дренират тъканите, стягат кожата и стимулират синтеза на колаген. Лек и приятен загреващ ефект, нежна текстура, свеж аромат.

**АНТИЦЕЛУЛИТЕН ГЕЛ 250 мл**

Познатият продукт с висока ефективност срещу „портокаловата“ кожа вече е част от Кройтерхоф – най-популярната козметична серия на ASAM. Карнитин, кофеин и екстракт от розмарин, подкрепени от мощно термоактивно действие, ускоряват разграждането на целулитните депа и водят до осезаеми, категорични резултати.



**Немско качество и повече от достъпни цени.**

**Търсете в аптеките и на [www.bionat.bg](http://www.bionat.bg)!**

Производител: **Asam GmbH**, Германия; Официален представител за България: **БИОНАТ ЕООД**  
тел. 032 692610; 0884 889 334; e-mail: [office@bionat.bg](mailto:office@bionat.bg); **[www.bionat.bg](http://www.bionat.bg)**





Д-р Антоанета Заркова

# Модерният човек страда от болести на излишъка

С д-р Антоанета Заркова, специалист по вътрешни болести и аюрведа, разговаря Галина Спасова

**Д**-р Заркова, дори и да не се придържат към най-строгия канон, хората, които посвятят, наблюдават доста на суровата храна. Какъв е погледът на аюрведа към тази практика?

- Във всички алтернативни лечебни системи пречистването е силно застъпено като метод и то е особено подходящо в този преходен сезон. Смята се, че енергиите, а и токсините сега са по-лабилни и по-лесно настъпват естествените процеси на пречистване. А ние се стремим да ги стимулираме. И дотук са единомислението. В древната аюрведа, която се счита за майка на всички лечебни системи, суровоядството не е на почит и пречистванията в аюрведа не стават на базата на консумацията на сурови храни.

- Какво е обяснението?

- Според аюрведа смилането на суровите храни изисква голямо количество енергия, силен смилателен капацитет. Но ако

човек има такъв силен храносмилателен капацитет, той няма да се нуждае от пречистване. Ако обаче езикът е обложен или има други признаци на токсини в организма - отпадналост, скованост, главоболие, кожни, ставни болести, - това означава, че обработката на храните е нарушена и самият организъм образува токсини. И ако в диетата преобладават сурови храни, и без това неадекватното храносмилане ще се затрудни още повече. Затова аюрведа препоръчва лека храна, съгласна от специално подбрани продукти и подправки, които алкализират организма. Мощен алкализатор, подпомагащ пречистването, е например джинджифилът, също зелената соя, известна като боб мунк.

- Напоследък все повече се споменава РН факторът и се акцентира върху алкализирането на организма. Защо това е важно?

- Защото нашият начин на живот, храненето ни водят до постоянно подкиселяване на средата. Консумираме много месо, обработени предварително храни, ферментирани продукти. Хлябовете, сирената, кашкавалите, туршиите, алкохолът - всичко това са ферментирани храни, които подкиселяват средата. Също така стресът и бездвижването мощно подкиселяват средата. Нашият отговор на тази непрекъсната атака трябва да бъде приемът на алкализирани храни. Такива са предимно растителните. От млечните - прясно мляко, пречистено краве масло. Също така един вид сирене, което представлява пресечено с лимон прясно мляко. Лимонът е кисел плод, но алкализира средата. От зърнените храни алкализират е просото. Разбира се, плодове, зеленчуци. Зеленчуците топлинно обработени. Към храната почти винаги се слага и

джинджифил за алкализация. Джинджифилът се приема и като чай. Освен това при такова хранене, което предразполага към освобождаване от токсините, даваме и различни стимулатори на храносмилателните ензими. Има всякакви на нашия пазар, добър е например "Комфортекс". По аюрведа подправките също разпалват храносмилателния огън (агни) - куркума, ки мион, кардамон, кориандър. Разбира се, не пропускаме и нашите традиционни подправки - маджаноз, чубрица. Съществени са тези два момента - алкализация, но и стимулиране на храносмилането. Движението има изключителна сила да увеличи храносмилателния огън. Всички знаем колко огладняваме след екскурзия.

- Детоксикацията цели подобряване на физическото здраве, но още древните са гледали отвъд чисто телесното...

- Неслучайно в религиите това време на годината е свързано с пости, пречиствания. В много духовни школи и религии се държи много в тялото да няма токсини, да не е кисела средата, защото се смята, че вътрешните практики (например в йога медитацията) са много по-успешни, когато тялото е пречистено. И те затова са толкова фиксирани върху пречистването на каналите - със специфично дишане, с пречистващи практики за стомашно-чревния тракт. Всичко това няма толкова голямо отношение единствено към тялото само по себе си, а поради връзката с мозъка и неговите функции, със съзнанието и неговите форми. Целта е да се пречисти организъмът, за да може съзнанието да влезе в такива режими, в които са достъпни контактите с други планове на съществуване-

то. И това нито е мит, нито е някаква примитивна теория, това са неща, напълно установени от съвременната наука, достатъчно информация е събрана и от изследване на функциите на мозъка. Та към пречистванията човечеството се е стремело от незапомнени времена - за тялото и за духа. Християнските пости са продължителни, но те не са вредни, ако човек ги прави грамотно, да има достатъчно протеини, да има достатъчно мазнини от растителен произход. Не говорим за много строгите форми на пост. Иначе не могат да посят само тези, които са в тежко здравословно състояние, децата, много възрастните. За всички останали постенето е полезно, защото модерният човек страда от болести на излишъка, не страда от дефицити и олекотяващата терапия е много, много уместна.

5 билки за добро храносмилане

Хранителна добавка  
**Comfortex®**



Само 2 капсули след хранене

- премахва излишните газове и чувството на тежест след нахранване
- подобрява храносмилането

**ECOPHARM**

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



Опитали сте безброй диети, но без резултат. Стремим се да постигнете изваяна фигура или просто желаете да запазите вашите килограми в норма? Вече можете да постигнете вашите цели с продуктовата линия на Natrol, която предлага и световния хитов продукт AcaiBerry Diet.



Плодовете **акай**, които се раждат в тропическите гори на Бразилия, комбинирани с подходяща здравословна диета и движение, могат да ви помогнат в битката с килограмите.

Тези малки тъмнолилави зрънца имат висока способност да абсорбират, неутрализират свободните радикали, т.е. имат силен антиоксидантен ефект. В същото време се увеличава метаболизмът, стимулират се естествените механизми на организма за изгаряне на мазнини, апетитът се саморегулира до поемане само на здравословни количества храна.

Плодът понижава нивото на холестерола, влияе добре на кожата. Благодарение на високото ниво на фибри и омега-3 мастни киселини плодовете от **акай** стимулират по естествен начин храносмилателната система. Освен че са донори на енергия, на витамини и хормони и топят тлъстините, те са и много богати на фибри, които стимулират червата и така подпомагат здравословното храносмилане. Принос за цялостния ефект има и отлично балансираният комплекс от хром, зелен чай и храносмилателни ензими.

Търсете в аптеките и в интернет на [www.natrol-bg.com](http://www.natrol-bg.com)



# Лечение на разширени вени без болка

Склеротерапия под ултразвуков контрол - модерният метод



Д-р Яир Галили е водещ съдов лекар в Израел, началник-отделение "Венозни заболявания" към Медицинския институт "Мор" в Тел Авив. Специализирал е в САЩ, има много научни разработки в сферата на венозната недостатъчност. Д-р Галили е сред най-успешните лекари в света, които прилагат новаторския метод за лечение на разширени вени склеротерапия под ултразвуков контрол.

## Българка, живееща в Испания, търси лек в България

Свикнали сме да четем в медиите и да слушахме почти ежедневно за българци, които търсят възможност за лечение в чужбина. Вече не ни изненадва фактът, че в България лечението не е на такова ниво както в чужбина. Затова и учудването ми беше голямо, когато разбрах, че българка, която живее и работи в чужбина, пътува до България, за да се лекува. Защо? Защото е намерила тук специалиста, който може да я излекува, не в чужбина, а тук, в България.

**- Г-жо Атанасова, какво се случи с вас? Как и кога се появиха здравословните ви проблеми?**

- При мен заболяването е генетично предопределено. Повече от 10 години страдам от него, но състоянието ми се влоши особено през последните 2-3 години, когато започнаха да ми се отварят варикозни рани. Потърсих помощ и консултация със съдов лекар в Испания, който взе биологичен материал от отворените рани и го даде за изследване. Оказа се, че имам инфекция и затова раните не се затварят. Предписаха ми антибиотик и нови изследвания след месец. Тогава резултатите уж показаха, че вече нямам инфекция, но раните не заздравяваха. Назначаваха ми различни антибиотици в продължение на година и три месеца. Организмът ми се натрови, а имунната ми система се сринна. И въпреки антибиотичите раните не само не заздравяваха, но и ставаха по-големи. Бях в пълна безизходица. Тогава моя роднина в България ми спомена за д-р Галили и неговия метод за лечение на разширени вени. Свързах се с неговия екип и си записах час.

**- И сте пътували до София само за лечението?**

- Разбира се, два пъти съм идвала само за лечението. Разбрах, че това е единственият ми шанс да оздравея. Д-р Галили е

израелец, а всички знаем, че лекарите в Израел са едни от най-добрите в света. Бях проверила и прочела доста материали, доказващи, че това наистина е най-успешният и щадящ пациента метод за лечение на разширени вени и най-предпочитан в напредналите в медицинско отношение страни като САЩ и Израел. Просто една инжекция, която унищожава болната вена и решава проблема. Това беше моят метод за спасение от коварното заболяване - нямаше колебание в мен.

**- Как протече при вас лечението?**

- След направеното ми доплерово изследване д-р Галили установи, че имам проблем с вените, вследствие на което са и варикозните рани. Учудването му беше огромно, като му споделих, че съм лекувана с антибиотици повече от година и че лекарите в Испания не са установили веднага причината за раните. Направих си манипулации и на двата крака и си заминах веднага за Испания. Общо взето, нямаше особени странични ефекти освен лека болка в областта около раните, която продължи около 10 дни. След това започна да утихва, а раните да се свиват и намаляват. Предстоеше ми контролен преглед при д-р Галили след 3 месеца. Дотогава едната рана се затвори съвсем, а при другата беше останал отвор като грахово зърно. На повторния преглед д-р Галили

установи, че на единия крак лечението беше приключило, но другият крак се нуждаеше от още една инжекция. В момента няма и помен от ужасните варикозни рани. Звучи като фокус, но не е. Страхотно е да съм отново в отлично здраве и да се чувствам пълноценна. Нещо, което бях забравила през последните 2-3 години.

**- Решил е проблема ви наистина, така както ви е обещал?**

- Просто нямам думи, макар че в началото не вярвах, че това наистина може да се случи точно на мен. За хора, които не са го преживели, звучи като фокус в първия момент, когато им кажеш, че човекът лекува само със спринцовка. Защото не са запознати с този метод. Но когато видиш крайния резултат, вече няма как да не повярваш. Дори много колеги и приятели вече ми се обаждат и се интересуват от метода на д-р Галили. И най-вероятно ще стигнат до него, тъй като виждат какви са резултатите от лечението при мен.

Следващото посещение на д-р Галили в България ще бъде през месец май.

За повече информация и записване:  
0879 851 557  
и 0886-54-84-54,  
[www.dr-galili-bg.com](http://www.dr-galili-bg.com)  
МЦ Елика,  
пл. „Преображение“ №1

## КОИ СА НАЙ-ДОБРИТЕ НИ ПРОДУКТИ ЗА ПАМЕТ И КРЪВООРОСЯВАНЕ?\*

### „Виногин макс“

Допринася за подобряване на паметта и концентрацията, кръвооросянето на мозъка и крайниците, спиране на шума в ушите, за подобряване работата на сърцето и кръвоносната система, особено важно за намаляване на риска от инсулт и инфаркт и за предотвратяване на схващания и крампи. Съдържа екстракт от гинко билоба за по-добро оросяване, екстракти от гроздови семена и ябълка за укрепване на кръвоносната система, селен – антиоксидант и магнезий за здраво сърце. Цена за 30 капс. - **12 лв.**, а за 60 капс. - **20 лв.**



### „Виногин Гинко плюс“

С двойно повече Гинко билоба - 200 мг и уникален екстракт от гроздово семе - 50 мг. Допринася за доброто кръвооросяване на мозъка и крайниците (за топли ръце и крака). Подпомага за подобряване на концентрацията, паметта и вниманието. Подпомага сърдечно-съдовата система и намалява риска от образуване на тромби - има мощен антиоксидантен ефект. Цена за 30 капсули (за цял месец) - **7.95 лв.**



### „Виногин Ай Кю Макс“ - уникална формула без аналог!

Ако Вие имате желание не просто да подобрите паметта и кръвооросянето на мозъка и крайниците си, а и винаги да сте супер концентрирани, работоспособни и използващи максимума на своята интелигентност, то тогава Вашият продукт се нарича Виногин Ай Кю Макс! Революционната му формула съдържа цели 11 важни активни съставки, като Гинко билоба, Фосфатидилсерин, Диметиламиноетанол (DMAE), Хуперизин А, Родиола и др. Комбинацията е изключително подходяща, както за хора от 3-тата възраст, така и за хора подложени на засилено умствено напрежение и стрес, хора на интелектуалния труд, студенти, ученици и др. Помага и на хора с нужда от повишено внимание, като шофьори, техници и др. Подпомага функциите на сърцето. Цена за 30 таблетки (за цял месец) - **15.95 лв.**



### НАТУРХОФ „Гел - балсам с див конски кестен, арника и алпийски билки“

Неговите съставки бързо и ефективно допринасят за успокояване на болката и напрежението в мускулите, гърба, кръста и ставите. Подпомагат при артрит и ревматизъм, подобряват кръвообращението и са подходящи при разширени вени, спукани капилари, отоци и синини, уморени и натежали крака и др. Имат охлаждащ ефект. Цена за 250 мл - само **5 лв.**



### НАТУРХОФ „Крем - балсам за крака с див конски кестен и червени лозови листа“

Неговите съставки бързо и ефективно допринасят за укрепване на венозната система, помагат при разширени вени и спукани капилари, стимулират кръвообращението, успокояват болката и напрежението при уморени и отекли крака, имат охлаждащ ефект. Цена за 250 мл - само **5 лв.**



### ИЗГОДНИ ПАКЕТНИ ПРЕДЛОЖЕНИЯ ЗА ДОБРО КРЪВООРОСЯВАНЕ И ТОПЛИ КРАЙНИЦИ:

„Виногин макс“ 30 капсули за **12 лв.** + НАТУРХОФ „Крем - балсам за крака с див конски кестен и червени лозови листа“ 250 мл само за **1 лв.**, **общо 13 лв.**

или  
„Виногин макс“ 30капсули за 12 лв. + НАТУРХОФ „Гел - балсам с див конски кестен, арника и алпийски билки“ 250 мл само за **1 лв.**, **общо 13 лв.**

от - **VITAGOLD - ЖИВЕЙ ЗДРАВΟΣЛОВНО**

Обявените цени са препоръчителни. Търсете в аптеките.

Биологично активни хранителни добавки от природата! За информация: 0886 73 63 63, [www.vitagold.bg](http://www.vitagold.bg)  
\* Отнася се само за най-продаваните продукти на Витаголд в аптеките.



## Магнезият - малко познат, но много важен минерал

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

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

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



настроението, причинени от прекомерна електрическа активност на мозъка, неравномерен сърдечен ритъм, коронарни спазми. Тежката магнезиева недостатъчност може да доведе и до ниски нива на калций или калий в организма. Много от тези симптоми са общи и могат да се появят и при други здравни проблеми, така че лекарят трябва да реши има ли нужда от допълнителен магнезий, или не. До магнезиева недостатъчност могат да доведат и някои медикаменти като диуретици, антибиотици и лекарства срещу рак. Групите хора, за които е препоръчително допълнителното приемане на магнезий като добавка, са:

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

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

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

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

## Модерни гелове печелят войната с хлебарките



За все по-ширещата се напаст - хлебарките, специалистите твърдят, че те имат изключително голяма приспособимост, на което се дължи фактът, че са просъществували над 320 милиона години. Известни са над 4000 вида, повечето от които живеят извън населените места. Помалко от 1% съжителстват с хората определено като техен много противен дразнител. Женските снасят яйцата си в групи (в яйчна капсула), покрити от защитна покривка. Те или я носят със себе си до момента, в който малките са готови да се излюпят, или я оставят на подходящо място в близост до храна и влага, изяснява експертната литература. Хранят се с всякакви

видове продукти, с отпадъци от храна и с фекалии. Те връщат част от погълнатото и смляно върху хранителните източници и допълнително ги замърсяват. Често пълзят в канали и отходни места, замърсяват тялото си с различни патогенни за хората микроорганизми (причинители на полиомиелит, дизентерия, кореман тиф, инфекциозен хепатит и др.) и стават техни преносители. Затова са и постоянните битки срещу неприятните насекоми. Днес гелове-отрови изместват старите аерозоли, които, да, имат сравнително добро проникващо действие, но са без дълъг остатъчен ефект - унищожават само възрастните екземпляри, оказали се в кон-

такт с отровния облак, но не могат да поразят яйцата или скритите в дълбочина насекоми. Докато при ползване на гел старите хлебарки измират, а новоизлюпените, защото са канибали, изяждат техните трупове и така се получава силен "доминантен ефект". Особено ефективно средство за масово поразяване на хлебарки са формулите на новите продукти с гел "Хлебомор К". Можете да го намерите в строителните супермаркети, в хуманитарни и ветеринарни аптеки, както и на сайта на производителя

[www.SkPH.eu](http://www.SkPH.eu),  
телефони 0800 1 88 11 и 032 34 95.

# Ogestan®



Точно  
най-необходимото  
за бъдещата  
майка!

Уникална комбинация от фолиева киселина и Омега 3 (DHA) мастни киселини, необходими за нормалното протичане на бременността

ES©PHARM

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

## UROCOMFORT

Хранителна добавка

Благоприятно повлиява функцията на пикочните пътища  
**За комфорт по всяко време**



Познатите на много поколения уникални свойства на  
**американската  
червена боровинка,  
преоткрити днес**



ES©PHARM

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



**BG**  
рекорди

# ‘Преди’ и ‘След’

## VITASLIM

Хиляди българи разказаха във Фейсбук как са се отървали от излишните си килограми с помощта на най-известните продукти за отслабване у нас – Vitaslim.

Споделените резултати сами говорят за ефективността на продуктите. Доволните се хвалят с каква лекота са свалили поне 10 кг., като общо свалените килограми само от осем от успешите са

**далеч над 200 кг.**

Истинският рекордър е

чаровният старозагорец Васил Генчев, който е смъкнал цели 50 кг. Младият мъж казва, че вече е „започнал нов живот“. Смайваща разлика „преди“ и „след“ демонстрира и красивата Цветка Борисова от Севлиево. Тя свалила 37 кг. и доказала на песимистите около себе си, че „когато човек иска, той намира начин“. А всички онези, които вече са достигнали идеалното тегло, са единодушни, че само с продуктите на Vitaslim след отслабването няма никакъв йо-йо ефект.



**-34 кг.**

**Изхвърлих 34 кг. зад гърба си**

След раждането на дъщеря ми бях 85 кг. От Фейсбук научих за Vitaslim. Първо взех Vitaslim LIGHT. С 2 кутии и тренировки свалих около 10 кг. Обнадеждих се и взех и трите продукта – Vitaslim LIGHT, Vitaslim LINE и Vitaslim FITNESS. С тях изхвърлих 34 кг. зад гърба си.

Блага Димитрова, 35 г., Харманли  
[blaga.dimitrova@abv.bg](mailto:blaga.dimitrova@abv.bg)

**От 90 станах 70 кг.**

Виждайки колко съм надебелял, жена ми ми купи Vitaslim LIGHT и Vitaslim LINE (знае, че не мога да спазвам диети). Тя следеше дали ги пия редовно. Резултатът дойде още на втората седмица – свалих 2 кг. без никакъв глад. За година свалих цели 20 кг. – от 90 вече съм 70 кг.

Крум Димитров, 39 г., Стара Загора  
[kruma4e@abv.bg](mailto:kruma4e@abv.bg)



**-20 кг.**

**Минус 50 кг. – моят рекорд**

Преди година и половина бях 174 кг. Пробвал съм всичко, но без успех! Последният ми опит бе с Vitaslim LIGHT. С 20 кутии Vitaslim LIGHT за 7 месеца свалих 40 кг. Не спрях. Тръгнах на фитнес и смених Vitaslim LIGHT с Vitaslim LINE и Vitaslim FITNESS в комбинация. Така свалих още 10 кг. – общо минус 50 кг.

Васил Генчев, 22 г., Кипър  
[vasko.genchev@abv.bg](mailto:vasko.genchev@abv.bg)



**-50 кг.**

**Отслабнах с 20 кг. и задържах резултата**

Заради проблем с теглото си купих Vitaslim LINE. За 3 месеца свалих близо 20 кг. Запазих новото си тегло, докато не забременях. Когато родих, си взех дъвките Vitaslim LINE. С тях намалях апетита и свалих 10 кг. Остават ми още 10 кг., но за тях смятам да заложа на капсулите Vitaslim LINE.

Калинка Гроздева, 33 г., Бургас  
[bebenasko@abv.bg](mailto:bebenasko@abv.bg)



**-15 кг.**

**На Втората седмица свалих 10 кг.**

През бременността станах 90 кг. От диети направих язва и за 2 години свалих 10 кг. Накрая си взех Vitaslim LINE. Първата седмица свалих цели 4 кг. Движението ми бе само разходки и игри с моето дете. След 2 седмици бях минус 10 кг., а след 2,5 месеца вече съм 65 кг.

София Апостолова, 30 г., Стара Загора  
[sofislanca@abv.bg](mailto:sofislanca@abv.bg)



**Свалих 30 кг. без йо-йо ефект**

От дете имам проблем с теглото – бях 85 кг. Преди 2 години купих Vitaslim LIGHT. С фитнес за месец свалих 12 кг. Продължих без спорт и за 3 месеца свалих още 8 кг. 2012-а си взех Vitaslim FITNESS и тичах всеки ден. Така от 65 станах 55 кг. Вече година запазвам тегло 55 кг.

Стоилка Иванова, 27 г., Сливница  
[stohi\\_z@abv.bg](mailto:stohi_z@abv.bg)



**-11 кг.**

**Махнах 37 кг. от бременността**

За 9 месеца бременност от 79 станах 116 кг. Изказвания от рода: „Ти си родила, нормално е!“ ми се струваха смешни. Тогава от Фейсбук игра спечелих по 1 кутия Vitaslim LINE капсули и Vitaslim LINE дъвки. С тях в комбинация с разделно хранене свалих 37 кг.

Цветка Борисова, 27 г., Севлиево  
[cvetka\\_peshterska@abv.bg](mailto:cvetka_peshterska@abv.bg)



**-37 кг.**

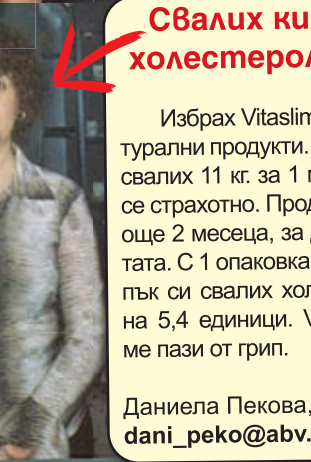


**-30 кг.**

**Свалих килограми, холестеролът пагна**

Избрах Vitaslim, защото са натурални продукти. С Vitaslim LIGHT свалих 11 кг. за 1 месец. Чувствам се страхотно. Продължих да го пия още 2 месеца, за да запазя резултата. С 1 опаковка Vitaslim HEALTH пък си свалих холестерола от 7,7 на 5,4 единици. Vitaslim IMMUNO ме пази от грип.

Даниела Пекова, 47 г., Видин  
[dani\\_peko@abv.bg](mailto:dani_peko@abv.bg)



**Vitaslim FITNESS**  
за стегнато и стройно тяло



**Vitaslim LINE**  
изгаря мазнините в проблемните зони



**Vitaslim LIGHT**  
потиска апетита и изгаря мазнините



**Vitaslim LINE chewing gum**  
дъвката за тънка талия



Действат ускорено благодарение на уникалната си течна формула. Произведени са във Франция от Capsugel по технологията Licaps® за Vitaslim.

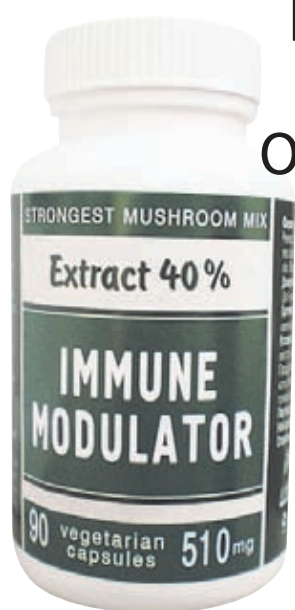
Търсете в аптеките и на [vitaslim.eu](http://vitaslim.eu)



# Лекарствените гъби не лекуват рак

Те само помагат на организма да се справи сам

Виж това: [www.youtube.com/mikoterapia](http://www.youtube.com/mikoterapia)



## МОЩЕН ИМУНЕН МОДУЛАТОР ОТ ЛЕКАРСТВЕНИ ГЪБИ

В състава на лекарствените гъби са представени балансирани от природата комплекси от различни биологично вещества. Едни от тях – гъбените полизахариди (лентинан, ланостан, ганодеран, ланофил, грифолан и др.) имат мощни противотуморни свойства, които нямат аналог в растителния свят. Те стимулират Т-лимфоцитите, те пък – макрофагите и организмът делия веществото ПЕРФОРИН (високо молекулярен белтък), които унищожават злокачествени клетки.

Перфоринът създава отверстия във външната мембрана на туморните клетки ("перфорира" ги), вследствие на което те губят течност и загиват.

## БАЩА МИ ОЗДРАВЯ ОТ РАК!

Разказано от **Борислав Пеев (ветеринарен специалист)**, тел. 0879 890 242

"Баща ми е на 70 години. Преди 5 години беше опериран от рак на дебелото черво. Туморът беше голям колкото ябълка и беше запушил червото. В Бургаската онкология отстраниха по-голямата част от дебелото черво, тъй като имаше и разсейки. Беше поставена колостома. Лекарите решиха да не правят лъче- и химиотерапия, тъй като баща ми има пейсмейкър. Две години по-късно открихме много разсейки в черния дроб с размер около 4 мм. Онколозите ка-

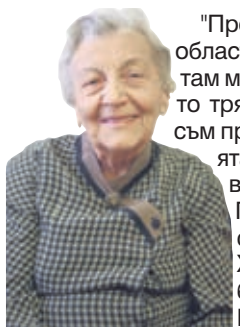


заха, че в случай като този не могат да предложат никакво лечение. Тогава по препоръка на д-р Милен Христов започна да приема възможно най-пълната схема от лекарствени гъби. Баща ми беше загубил много килограми и нямаше

апетит. Още след втората седмица се появи апетит и той започна да се храни нормално. След четвъртия месец продължи да приема само "Имюн Модулятор" и така вече 3 години. Направените наскоро изследвания с рентгенов апарат, ехограф, скенер, гастро- и ректоскопия не показват наличие на никакви разсейки в черния дроб. С изключение на сърцето всички други органи бяха в норма. Лекарите в Бургаската болница бяха удивени от резултатите."

## ВЕЧЕ НЯМАМ ТУМОР В КОРЕМА

Николина Калянджиева, 92 г.,  
гр. София



"Преди около 4 години ми се появи втвърдяване в областта на корема. Отидох в Институт "Пирогов", там ме изследваха и ми казаха, че това е тумор, който трябва спешно да се оперира. През живота си съм преживяла няколко операции и реших, че на моята възраст не искам да бъда оперирана още веднъж. Реших да опитам друг вид лечение. Прочетох за лекарствените гъби, направих консултация със специалиста по фунготерапия д-р Христов и започнах да приемам 4 различни гъбени препарати на фирма "Доктор Биомастер". Постепенно туморът започна да се разнася и след 4 месеца изчезна напълно. Отидох при моя лекар в "Пирогов" и той остана много учуден. Известно време след това продължих да приемам същите препарати. Вече повече от 2 години не ги приемам и нямам втвърдяване в стомаха."



Д-р Христов:

"Касае се за мъж на 78 години, с карцином на стомаха, в изключително увредено общо състояние, с множество метастази в черния дроб, с "разязвени" ракови лимфни възли. Отказана му е и химио- и лъчетерапия и операция. Изпратен е вкъщи и му е казано, че надали ще остане и един месец жив. Пациентът приема единствено гъбените препарати на фирма "Dr. Biomaster" и проти-

## Мъж на 77 г., разказва внучката му Вероника:

воболкови медикаменти, защото не е могъл да търпи болките. Само след един месец след контролен преглед, вместо да е починал, както са предвиждали лекарите, на компютърния томограф не се откриват туморът и метастазите."

Внучката разказва: "Когато го изписаха от болницата, той беше много зле. Беше на легло, не се хранеше, не пиеше вода - просто човекът си отиваше. Но като почнахме да му даваме тези лекарствени гъби, още първата седмица стана и започна да ходи. Много сме доволни от тези гъби. Просто му дадох голям шанс да живее. Докторът каза, че иска да го отвори още веднъж, да види къде е отишла болестта. Но ние не се съгласяваме и ще продължаваме да взимаме от гъбите. Разполагаме с документите - всеки, който желае, може да се запознае с тях".

Консултация по телефона с д-р Русанов - 02/8251647; 0878 931 252

Консултация с д-р Христов - 02/9525199

### ЗА КОНСУЛТАЦИЯ И ЗАКУПУВАНЕ НА ПРОДУКТИТЕ

#### • гр. СОФИЯ

ул. Лайош Кошут № 24  
(до Руски паметник), вътрешен двор,  
офис 8, тел./факс 02/ 952 34 49  
д-р Милен Христов, тел. 02/ 952 51 99  
(от понеделник до петък от 9 до 17 часа)  
ул. Родопи № 68-70 (до Сточна гара),  
вход вдясно, ет. 2, GSM 0877 231 599  
д-р Валентин Русанов,  
GSM 0878 931 252  
(от понеделник до петък от 9 до 17 часа)  
• гр. ПЛОВДИВ  
ул. Филип Македонски № 37, ет. 2, кабинет

8 (в сградата на "Медлайн  
клиник"), тел./факс 032/ 62 24 55  
и GSM 0878 780 742  
д-р Лилия Евтимова, GSM 0878 790 336  
• гр. СТАРА ЗАГОРА  
бул. Цар Симеон Велики № 158, ет. 2,  
офис 2 (срещу сладкарница  
"Неделя"), тел./факс 042/ 62 62 22  
и GSM 0878 780 491  
• гр. ВАРНА  
ул. Христо Попович № 15  
(до сладкарница "Маргарита"),  
Свилен Лапаков, тел. 052/ 65 13 65

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

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

„Доктор Биомастер“ ЕООД • [www.drbiomaster.com](http://www.drbiomaster.com) • e-mail: [office@drbiomaster.com](mailto:office@drbiomaster.com)  
• Тел./факс за цялата страна: 02/952 34 49



## БЕЗ АЛЕРГИЯ И АСТМА! [bezalergia.com](http://bezalergia.com)

Научните проучвания в няколко клиники по света показваха **90 % УСПЕВАЕМОСТ** при лечението на алергия и бронхиална астма с урега **BICOM®**!

Тази терапия е високоефективна, безболезнена, неагресивна, без противопоказания и нежелани странични ефекти. Може да се прилага както на бебета, така и на възрастни хора.

• Д-р Галина Димова о гр. София, ул. Родопи 68-70, тел.: 0878 790 337  
работно време: от 9 до 19 часа, без неделя и понеделник



Доц. д-р Димитър  
ПОПОВ

Едва ли има храна на Земята, която да се радва на тъй висока почит и преклонение както хлябът. Световният добив на пшеница - основната суровина за неговото производство, е повече от 650 млн. тона, а консумацията на хляб е около 320 млн. тона годишно. Хлябът е навлязъл дълбоко в традициите на почти всички народи, особено на славянските, при които скъпите гости се посрещат с хляб и сол - атрибути и символи на живота. И ако трябва да сме откровени - трудно може да си представим по-приятен и по-неутоим мирис от този на прясно изпечения хляб, чийто аромат е дълбоко закодиран в гените на всеки от нас.

### Подобрителите постигнаха обратен ефект

Какво се случи, че през последните години се надига все по-сериозна вълна, иницирана и подкрепяна от диетолози, лекари и уважавани научни капацитети, срещу Негово величество хлябът? Причините са няколко. На първо място безспорно стои фактът, че хлябът постепенно загуби своето социално предназначение и се превърна в обикновена стока, която трябва да носи печалба. Като резултат в хлебопроизводството нахлуха внушителен брой химически вещества, т.нар. подобрители, които по презумпция следва да подобряват качеството на хляба - неговата мекота, пухкавост, еластичност и трайност. Бедата е в това, че под понятието "качество" като правило се разбират визуалните, а не диетичните и хранителните характеристики на продукта. За придаване на привлекателен бял цвят на брашното, а оттам - и на изделията от него, се използват избелители (органични и неорганични пероксиди, азотен и хлорен диоксид и др.). Част от тези вещества са забранени за използване в ЕС, но кои и колко реално се използват в практиката е загадка дори и за водещи специалисти в брашна... Злите езици говорят, че подобни вещества масово се прилагат и за "облагородяване" на нискокачествени (и разбира се - по-евтини) тъмни брашна. В хляба се внасят още емулгатори, консерванти, антиоксиданти, стабилизатори, ензими и т.н. и т.н. В резултат съставът на съвременния хляб е много далеч от онзи, който са яли дедите ни и който е изхранил стотици поколения преди нас. Но с това за съжаление не се изчерпват проблемите, свързани с хляба, който всеки ден поставяме на трапезата.



## Никой не е по-голям от хляба

### Глутенът провокира научни спорове

Сериозни възражения се отправят към една от най-важните съставки на брашното, определяща в значителна степен неговите хлебопекарни свойства - глютен. Глутенът (от латински gluten - лепило) е протеин, съдържащ се в семената на житни култури като пшеница, ръж, ечемик и овес, който е съставен главно от два белтъка - глиадин и глютеин (в пшеницата до 80%). При месенето с вода, заедно с нишестето, този протеин образува еластична пространствена мрежа, която се изпълва с мехурчета въглероден диоксид - продукт на жизнената дейност на хлебните дрожди. През 1950 г. (най-напред във Финландия) беше установено, че глютенът е главната причина за едно изключително опасно заболяване - глютеновата ентеропатия (целиакия). Първоначално се смяташе, че то е генетично обусловено и изключително рядко. Понастоящем се смята, че от него страдат поне 1% от хората, като при жените заболяването се среща два пъти по-често, отколкото при мъжете. Установено е, че глютенът уврежда власинките на тънките черва, които са отговорни за всмукването на хранителните вещества. Проблемът с глютен се задълбочава и от това, че за постигане на по-добро визуално (но виртуално!) качество на продукта в редица случаи в брашното се добавя глютен. През 1979 г.

в САЩ, в щата Канзас, беше създадена първата Асоциация за производство и пропагандиране на глютен като добавка в хлебопроизводството, с което беше отпушен духът от бутилката. Като положителни страни на това вещество инициаторите за неговото приложение сочат неговата натуралност, съдържанието на определени и ценни за организма незаменими аминокиселини, както и консервиращата му способност, водеща до удължаване на трайността на хляба. Противниците на неговото масово приложение обаче са на мнение, че изтъкваните ползи не могат да компенсират причиняваните от него вреди на организма.

### Бялото брашно окончателно загуби позиции

Редица специалисти са на мнение, че голям брой заболявания са

следствие от постоянната употреба на хляб и хлебни изделия от бяло брашно. Многочислени изследвания сочат белия хляб като причина за повишаването на нивата на холестерола, триглицеридите и глюкозата в кръвта, както и за наднорменото тегло. Обяснението е просто - в бялото брашно отсъства основната част от жизненоважните вещества в зърното - витамините и минералите, които се отстраняват при смилането му и остават главно в "отпадъка" - триците и понискосортните брашна. В резултат бялото брашно представлява високоенергиен, но "празен" от биологична гледна точка продукт. В тази връзка значително по-полезен е пълнозърнестият хляб, който съдържа много повече важни витамини (В<sub>1</sub>, В<sub>3</sub>, В<sub>6</sub>, Е и др.), редица ценни минерални вещества - калий, калций, магнезий, желязо, фосфор, не-

наситени мастни киселини, фосфолипиди, както и растителни фибри (около 15 пъти повече от белия хляб).

Неотдавнашни изследвания на американски учени показаха, че витамин В<sub>3</sub> засилва чувствително имунния отговор на организма и може да се окаже новото супероръжие за борба със стафилококовите бактерии, причинители на опасни инфекции. А витамин В<sub>6</sub> способства за подобряването на краткосрочната памет и е ефективно средство срещу депресивни състояния и психическо напрежение. Още по-полезен е ръжният хляб, който, освен че е богат източник на изброените витамини и минерални вещества, съдържа по-малко глютен и нишесте и повече растителни фибри, в т.ч. и полизахарида фруктан. Той лесно се усвоява от организма и се използва като заместител на ни-

шестето при болни от захарен диабет. Благодарение на по-високото си съдържание на фибри ръжният хляб способства за извеждането на голям брой канцерогени и вредни вещества от организма. Редица изследвания сочат, че при консумираните ръжен хляб честотата на сърдечносъдовите заболявания намалява с една трета в сравнение с тези, които предпочитат белия хляб. По данни на шведски изследователи филия ръжен или овесен хляб, изядена на закуска, гарантира поддържането на нормално ниво на кръвната захар през целия ден.

### Контролът на храните не е приоритет у нас

В публичното пространство у нас битува убеждението, потвърдено и от капацитети в бранша, че в определени случаи ръжният хляб се превръща в такъв единствено с помощта на... оцветители. А че съществува практика за влагане в производството на стар и негоден за реализация хляб, май малцина се съмняват. Всъщност това е повече от вредно за здравето технологично "изобретение", което крие реална опасност от поглъщане както на невидимите с просто око нишки на плесените, така и на техните спори. Последните могат да предизвикат не само хранително отравяне, но и сериозни заболявания на дихателните органи и кръвта. По тази причина отстраняването и в домакинството на плесенясалата част на хляба и консумирането на останалата част е много вредно и опасно и горещо не се препоръчва.

По традиция или просто поради бедност българинът е един от най-големите консуматори на хляб в света, което определено изисква високи критерии и сериозен контрол на неговото качество. За съжаление вече десетилетия за българските политици въпросът за контрола на храните, които българинът ежедневно слага на трапезата си, никога реално не е бил приоритетен. Въпреки че е определящ за здравето на народа, който, както е добре известно, освен че е между най-бедните, е и сред най-болните. В случая думата ни е за хляба. А както казва народът ни, никой не е по-голям от него. Крачка напред е може би въвеждането през 2011 г. на български държавен стандарт за трите основни вида хляб. За съжаление - незадължителен за производителите, с всички последствия от това...

gpopov\_bg@yahoo.com

Смята се, че познанството на човека с пшеницата датира от преди 15 000 години. Според археолозите първообразът на хляба - изсушени на слънцето питки от натрошени зърна, се е появил 8000 години пр. Хр., най-вероятно в района на Благодатния полумесец - плодородните земи в Близкия изток. Първият хляб, получен с помощта на ферментационни дрожди, е омесен в Египет около 3000 години пр.н.е. Първоначално той се е пекъл на нагорещени камъни, а впоследствие - в специална пещ. Тайнството на приготвянето на хляба било пренесено в Палестина от евреите, откъдето започва неговото шествие по целия свят.

Производството и качеството на хляба бележат чувствителен възход в древния Рим, където брашното се добивало в мелници, задвижвани от вода. Значително по-късно, през VIII век, в Персия за целта се използват вятърни мелници, които получават разпространение в редица страни на Европа. Любопитен исторически факт е, че през 1226 г., по време на управлението на крал Хенрих III, в Англия се въвеждат строги изисквания за качеството на хляба, съгласно които всеки производител е трябвало да маркира своя продукт с личен знак. При доказани злоупотреби с качеството виновените били сурово наказвани.





Доц. Стефан Станчев

**Доц. Станчев, и без статистика е видно, че болките в гърба спхождат едва ли не всеки, защо е така?**

- Поради простата причина, че човекът е първото изправено животно. При останалите проблемите с гръбначния стълб са изключително редки. По-често се срещат при изкуствено създадените породи. От 72 до 92 на сто от населението на Земята страда от една или друга форма на гръбначни заболявания, които предизвикват болки. Според големите изследователи на биомеханиката на гръбначния стълб фактът, че в природата се среща толкова висок процент на "брак", тоест на заболявания на тази част от анатомията на човека, говори, че той е в изключително ранен

# Гръбначното изкривяване не е само естетически проблем

С доц. Стефан Станчев, началник на Клиниката по ортопедия, травматология и гръбначна хирургия в УМБАЛ „Св. Анна“, София, разговаря Галина Спасова

етап на еволюционното си развитие.

- Как да бъде компенсиран този еволюционен недостиг?

- С колкото може повече движение. И ходене, не бързо, не тичане. Нормално ходене с почивки, по възможност каране на колело - за всички възрасти.

- В училище и възрастни съветваме децата да внимават за стойката си, да не се "прегърбват". Естетически ли е всъщност проблемът?

- Изкривяването на гръбначния стълб наистина започва най-често в началото на пубертета, когато настъпват хормонални изменения в детския организъм, започва бързият растеж на костите. Мускулатурата обаче се развива по-бавно и този дисбаланс в днешно време става още по-изразен като последица от манията по компютрите,

социалните мрежи и т.н. Неслучайно този феномен вече се определя като вид зависимост. Започналите като леки изкривявания точно в процеса на бързото израстване е възможно да достигнат значителни размери, да се превърнат в истинска сколиоза - със сериозна деформация както на гръбначния стълб, така и на гръдния кош, с увреди и на вътрешните органи - белия дроб, сърцето, големите кръвоносни съдове. Тя се смята за едно от тежките социалнозначими заболявания, предизвиква и сериозен финансов проблем.

- Очевидно превенцията трябва да се насочи към подрастващите. В какво се състои тя и кога да започне?

- Ако говорим за изкривяванията в юношеската възраст, те спират с края на растежа на организма. Доскоро се смя-

таше, че това става на 18-19-годишна възраст, сега говорим вече за около 16-17-годишна възраст. Изкривяванията са много по-чести при децата (като генетичният фактор е значителен), продължават развитието си по време на бременност. Следващият етап е възрастовият гръбнак и увеличаването на изкривяванията в периода след менопаузата. Кинезитерапевти и физиотерапевти би трябвало да изготвят програми за лечебна физкултура на децата, те да бъдат насочвани към плуване. Но възможностите в София и големите градове са крайно ограничени, а плуването е най-подходящият спорт. Във водата тялото е леко и мускулната сила се развива добре и равномерно. Плуването е комплексният спорт. Да се карат ролери също е добре, гребането, кара-

нето на колело до известна степен също са препоръчителни. Това е като превенция, особено във възрастта на активния растеж. Децата след осмата-деветата година по всякакъв начин трябва да бъдат стимулирани да упражняват някакъв спорт и ограничавани в престоя пред компютъра. Основен проблем при младите поколения - не само в България, а и в световен мащаб - е наднорменото тегло и затлъстяването, като причината е лошото хранене и минималната физическа активност. Колкото повече са килограмите, толкова по-малко и по-слаба е мускулатурата. Родителите са първите, които забелязват, че на децата поличката стои на една страна или крачолите на панталоните са с различна дължина. Но това вече са напредналите случаи.

Съветът ми е: събличайте децата и ги наблюдавайте в гръб дали стойката им е добра. Напомняйте им постоянно - когато се хранят, когато четат, пишат - да са заели правилна стойка. Във всички случаи, в които забележите проблем, обърнете се към специалист. За съжаление нерядко когато питам родителите на деца с напреднала сколиоза защо така късно ни търсят, отговорът е - сега го видяхме. Превенцията е оставена в момента единствено в ръцете на семейните лекари, които не могат да се справят с проблема изцяло. Времето не им стига за профилактични прегледи специално за гръбначния стълб.

За връзка с доц. Станчев тел. 0879 88 52 03

## Еlegantно уникално бижу

5 природни елемента - твои съюзници в борбата с болестите

БЕЗПЛАТНА ДОСТАВКА 49 ЛВ

За поръчки  
0897 72 10 10 Глобул  
0889 72 10 20 Мтел  
0877 72 10 40 Виваком

WWW.MEGASMART-BG.COM

ПОДПОМАГА ЛИБИДОТО



Всяка гривна пристига при вас с подарък още една гривна за нервно успокоение



## Имате високо кръвно налягане, мигрена, неспокоен сън, ставни болки?

Биогривна MEGASMART с 5 вградени активни елемента - вече и в България!

Притежателите й са усетили как болката изчезва и здравето им се подобрява само в рамките на месец.

Ако ви мъчи мигрена, главоболие, неспокоен сън, ставни болки или високо кръвно, има спасение. Подобрете живота си и прогонете болката.

Биогривна MEGASMART има вградени 5 активни елемента, които оказват влияние върху различни заболявания.

1. Вулканична лава в минерална форма - забавя процесите на стареене, предпазва от вредни елект-

ромагнитни вълни, подпомага либидото и потентността;

2. Органичен германий - при високо кръвно налягане, остеопороза, високи нива на холестерол;

3. Неодимов магнит - подходящ при прекарани инфаркти, инсулти, анемия и кръвозагуби;

4. Отрицателни йони - при нервни смущения, проблеми със съня, заболявания на дихателната система;

5. Дълги инфрачервени лъчи - при ставни заболявания, вирусни инфекции, понижен имунитет.

Официален вносител на гривната за България е фирма "Мегасмарт България" ЕООД. Фирмата е притежател на цялата документация и сертификати, които гарантират качеството, произхода и оригиналността на продукта.

## НЕ на болката в ставите!

Но-дол - уникална комбинация от растителни съставки

- ✓ Премахва болката в ставите
- ✓ Облекчава раздвижването
- ✓ Възстановява ставния хрущял
- ✓ Италианско качество от ESI
- ✓ Алоето в състава укрепва цялостно организма



### НО ДОЛ капсули

Съдържа: глюкозамин сулфат, хондроитин сулфат, метил сулфонил метан, манганов глюконат, алое вера и дяволски нокти



### НО ДОЛ крем

Съдържа: глюкозамин сулфат, метил сулфонил метан, дяволски нокти, върба, алое вера, арника и горчив бадем

Производител: ESI s.p.a. Италия

Изключителен представител за България Лим Фарм ЕООД  
02 943 11 38, GSM 0888 222 343, [www.limpharm.com](http://www.limpharm.com)