

ОБЩЕСТВО



Диференцират
размера на
детските надбавки

на стр. 4

БЕЖАНЦИ



Репортаж от
лагера „Военна
рампа“ в София

на стр. 7

ОБРАЗОВАНИЕ



Електронните
учебници са
реалност
и в България

на стр. 10

Вече **32** страници

Разпространява се безплатно

Брой 42 (76), 12 - 18 ноември 2013 г. (год. II)

ЖИВОТЪТ

Светът на модерния човек

www.jivotatdnes.bg

ДНЕС

Actavis

Доц. Димитър Тонев,
директор на ядрения
институт на БАН:

**АЕЦ „Козлодуй“
е най-
проверяваната
в Европа**

Интервю на Галина СПАСОВА на стр. 9

Снимка Росен ВЕРГИЛОВ

ЕС програма помага в бизнеса

Чрез "Еразмус" всеки може
да види чуждия опит

на стр. 5

Тенис за ветерани и у нас

Интересът към
кортовете расте
всяка година

на стр. 30

Имот срещу грижи

Как се прехвърля
имущество срещу
задължение за гледане
и издръжка

на стр. 28

Запечатано с емоция

Георги Георгиев - Джонс
показа в снимки най-
новата ни история

на стр. 23



Гликираният хемоглобин (HbA_{1c}) е златен стандарт за оценка на лечението на захарния диабет и е критерий за дългосрочния му контрол. Той отразява средната кръвна захар през последните 2-3 месеца. За повечето пациенти целта е да постигнат и поддържат HbA_{1c} <7%, за да се намали рискът от съдови усложнения. Целта се индивидуализира в зависимост от продължителността на диабета, наличните сърдечносъдови и други съпътстващи заболявания и усложнения на диабета.

Продължава на стр. 15

Румъния има цял манастирски архипелаг

Въпреки че сме съседи, все още малко българи посещават северната ни съседка. А там определено има какво да се види, при това не само в столицата Букурещ. За духовните обители на север от Дунав четете

на стр. 28

Добрият Съсед наблизо!

T MARKET

ЦЕНИТЕ СА ВАЛИДНИ ОТ 22 ДО 28 ОКТОМВРИ 2013 г.

1.49 Портокали кг	5.99 5.99 лв/кг Краве сирене "Ситово" кг
3.79 3.79 лв/кг Охладено пилешко горно бутче кг, тарелка	7.99 7.99 лв/кг Охладено пилешко филе кг, тарелка
11.99 11.99 лв/кг Бонбони "Milka-Crispello" кг	0.39 цена за брой Сапун "Safeguard" 80 гр, Fresh yellow, Pure White

Всички цени са в български левове с включен ДДС. Предлаганите продукти са изложени на изложбата.

Моят град СОФИЯ



ЗАВОДЪТ ЗА БОКЛУК ЩЕ ПОМАГА НА ПАРНОТО

С Мария Бояджийска, зам.-кмет на София,
разговаря Георги Георгиев

на стр. 25

„ТРУД“ АД спечели приза в категория "Средни и големи фирми" в конкурса "Най-добра българска фирма на годината". Фирмата е основана през далечната 1893 година, но от тогава до днес е наложила името си като лидер в огнеупорната промишленост в България. Подгласници в категорията станаха "ВИДЕНОВ ГРУП" ЕООД (производство и търговия с мебели) и "КОЛЕВ и КОЛЕВ" ООД (производство и търговия на едро и дребно с детски обувки и стоки).

В категория "Микро- и малки български фирми" приза получи "РЕА ФИШ" ООД. Тя се занимава с отглеждане, преработка и търговия с риба и рибни продукти от 1994 година.

На второ и трето място бяха класирани съответно "ГАВРОШ" ЕООД, производство на сладкарски изделия, и "Анимарт" ООД, създава анимационни

„Най-добра българска фирма на годината“ 2012

Конкурсът се организира за втора поредна година от Първа инвестиционна банка и в него участваха 111 компании

и корпоративни филми, като организира и провежда Международния фестивал на анимационния филм "Златен кукер".

С 964 гласа любима фирма на публиката стана "МАРИСАН И КОЛЕВ" ООД, която се занимава с производство и продажба на сухи строителни смеси и топлоизолационни материали.

Тази година организаторите дадоха и специални награди за стартиращ бизнес. Първенец в категорията е "Драгон Инсайт" ООД - онлайн марка за мъжки костюми и ризи по размери на клиента, която стартира през 2012 г. Второто място

зае "Джъмпиго" ООД, която произвежда софтуер за началното образование.

На трето място сред стартиращите компании е фирма "Ретигок" ООД, създава продукти за автоматизиране на административните процеси.

"Големият интерес към конкурса ясно показва, че в България има качествени български фирми и те произвеждат отлични продукти, които могат да бъдат едни от най-добрите в Европа. Именно този факт оправдава нашата цел - да покажем добрите примери сред родните производители", заяви Васил Христов - изпълнителен директор

на Първа инвестиционна банка и член на журито на конкурса.

Останалите членове на журито са: Димитър Костов - изпълнителен директор и председател на УС на Fibank (Първа инвестиционна банка); Светла Костадинова - изпълнителен директор на Института за пазарна икономика; Венелина Гочева - управител на Медийна група "България Холдинг"; Емил Хърсев - финансист; Лъчезар Богданов - управляващ партньор в "Индъстри уоч"; Йордан Матеев - главен редактор на Форбс - България; Кънчо Стойчев - социолог.



ЕК започва битка с найлоновите торбички

Европейската комисия прие предложение, съгласно което държавите членки ще трябва да намалят използването на тънки найлонови торбички за пазаруване на своя територия. Страните от ЕС могат да прилагат мерките, които смятат за най-подходящи, включително въвеждането на такси, инициативи за намаляване на употребата на този тип торбички или забрана при определени условия, съобщиха от ЕК.

В повечето случаи тънките найлонови торбички се използват само веднъж, но могат да останат в околната среда в продължение на стотици години, често под формата на вредни микроскопични час-

тици, които са особено опасни за морските организми.

"Предприемаме действия за разрешаване на един много сериозен и видим екологичен проблем. Всяка година в Европа се извърлят над 8 милиарда найлонови торбички, които причиняват огромни щети на околната среда. Някои държави членки вече постигнаха отлични резултати по отношение на намаляването на употребата на найлонови торбички на своя територия. Ако и други последват примера им, можем да намалим настоящото общо потребление в Европейския съюз с до 80%", съобщиха еврокомисарят по въпросите на околната среда Янез Поточник.



Хранителна добавка

Ginkofol

Ginkgo Biloba 60 mg

С контролирано съдържание на токсичната гинколова киселина - под 1 ppm

НОВО

КОГНИЦИЯ

ВНИМАНИЕ

ИНТЕЛЕКТ

ПОЗНАНИЕ

ИНФОРМАЦИЯ

МИСЛЕНЕ

ПРИРОДЕН ПРОДУКТ ОТ ГИНКО БИЛОБА

СПОСОБНОСТ ЗА КОНЦЕНТРАЦИЯ

ПОЗНАНИЕ

СПОСОБНОСТ ЗА МИСЛЕНЕ

СЪВКУПНОСТ ОТ ЗНАНИЯ

УМОЗАКЛЮЧЕНИЕ

СЪЖДЕНИЕ

РАЗМИШЛЕНИЕ



Екстракт от листата на Гинко Билоба

ЕСOPHARM

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

В епицентъра на медиите

„Излизат всякакви социологически прогнози, а стреснати политически сомнамбули крещат от екраните и плашат. Дават наставления как да се махнат тези бежанци, подкопавачи икономиката ни, сриващи бюджета ни, заплашващи националната ни сигурност и най-вече установяващи терористични клетки на територията на родината ни. Същите тези словоблудци явно забравят, че атентатите в Сарафово бяха извършени от хора, влезли в България официално, с паспорти на уважавани държави. Никой не ги е разпитвал всеки ден по три пъти, никой не ги е държал с месеци в лагер. Ще припомня на същите силно викащи националисти, че години наред България печелеше много добре от продажбата на оръжие в Сирия. Трупаше милиарди от строителството в Сирия на диги, язовири и инфраструктура. Хиляди медицински работници получаваха там добри заплати. За разлика от словоблудците обикновените български граждани - християни, мюсюлмани, евреи, се организират и помагат. Затова сирийците винаги ще обичат и тачат българите!“

Нигал Алгафари,
в. "Труд"

„Всички ние имаме морален ангажимент към човешкото страдание независимо от националността, религията и расата му. Грижата за страдащите е ценност, дълбоко залегнала в европейския хуманизъм и в християнската демокрация. Неслучайно църкви-

Бежанците



Снимка Мирослава КИРИЛОВА

те в Западна Европа са най-активни при приемането на бежанците и грижата за тях.“

Марина Лякова,
в. "Дневник"

„Да очакваме, че няма да имаме проблем с бежанците догодина или дори след 2-3 години, не е реалистично. Да смятаме, че всички те ще намерят път към роднини в Европа - също. Затова трябва да помислим как те сами да си помагат,

да се интегрират, така че да не са в тежест на държавата.“

Кристалина Георгиева
прег bTV

„Светът, казва Умберто Еко, се нуждае от врагове. "И тези врагове са винаги различните, другите, без значение дали са катарите или албигойците, премазани от историята, или пък евреите, съумели все пак да оцелеят навсякъде. И днес те са се превърнали в напълно "различните", пише той. Този

"игра" - с производството на врагове, може да стане опасна, предупреждава Еко. Кой да го чуе! Опасностите обаче остават. Защото сирийците, които са тук и ще продължат да пристигат с хиляди, може и да мечтаят да стигнат до Западна Европа, но наистина много от тях ще останат. В българските градове, вероятно и в обезлюдените ни села. Ние ще трябва да се научим да живеем с тях. Заедно.“

Генка Маркова,
в. "24 часа"

„Време е българските власти да се замислят много внимателно върху т.нар. бежански проблем и в определен момент хуманитарните принципи трябва да отстъпят място на националната сигурност. А тя предполага и някои нестандартни мерки за справяне с този проблем.“

Димитър Аврамов,
в "Седмицата"
на Дарик радио

„Как така се оказваме изненадани, че има страдащи хора в Близкия изток и той е толкова близко до нас? Няма диалог между институциите, казаха от екрана. Какво са правили общини, правителство, неправителствени организации, когато са гледали новините от Сирия през последните години? Оказахме се изненадани, че искаме да помогнем. И понеже не сме готови, но искаме да помогнем, се изменя смисълът на думата "помощ". Приемаме "странниците" някъде в покрайнините на територията ни, далеч от погледа на местните и след това постепенно ги забравяме.“

Жана Попова,
в. "Култура"

„Според АТАКА в момента в България се заселват добре обучени мюсюлмански терористи, чиято единствена цел е ислямизацията на държавата. Това са предимно членове на Сирийската свободна армия, която се прочу с клането на хиляди цивилни сирийци. Тази армия домува на турска територия, в 20-те лагера, изградени по турско-сирийската граница.“

Антон Василев,
в. "Атака"

ПОСОКИ

За Темуга и скоростта



Петър ГАЛЕВ

Понякога представителите на съдебната система са прави да недоволстват, че хората не ги разбират и като цяло са негативно настроени към тях. Факт е, че във всички демократични държави правораздаването изисква строги процедури, оформянето на много документи, стриктно следване на формални правила. И това бави окончателните решения и присъди. Но в много случаи сме свидетели на кристално ясни казуси, които по неведоми пътища се забатачват, омотават в неясни обяснения и в крайна сметка обществото остава с впечатление, че няма справедливост и адекватно наказание за престъпниците закона. Припомнете си само последния случай, който предизвика много коментари. Пияният шофьор, който помете на спирка в София 15 души, като уби дете и млада жена, излиза от ареста, защото са изчерпани законовите срокове, в които може да бъде задържан преди присъдата. Е какво попречи за два месеца, при наличието на десетки свидетели, това дело да се внесе в съда? Ако има някаква прекомерна тромавост в законите, нека магистратите да кажат какво им пречи да бъдат оперативни. Ако няма достатъчно вещи лица и експерти, нека възнагражденията им да се повишат. И изобщо да кажат какво не им достига, за да придвижват делата в разумни срокове. Това са сроковете, в които хората си спомнят какво престъпление е извършено и виждат как то е наказано. Ако минат години, възпираният ефект на присъдите е минимален. А доверие то към Темуга ще си стои на дъното, ако просто ни уведомяват, че поредният обвиняем е пуснат под гаранция, защото е минал срокът.

СТОП КАДЪР



И на маратона в Ню Йорк се развиха български трибазреници в подкрепа на протестите у нас



Снимки Александър ТАНЕВ

Размерът на детските надбавки догодина ще бъде диференциран според броя на децата, предвижда бюджет 2014. За първо дете ще се дават 35 лв., както и досега, за второ помощта ще е 50 лв., а за трето и всяко следващо пак ще се отпускат по 35 лв. Новият модел ще е при запазване на сегашния по-похожен критерий за достъп до средствата - 350 лв. на човек от домакинството.

Идеята е по този начин да се стимулира двудетният модел, за да се гарантира поне възпроизводството на населението, въпреки че и това не е достатъчно, за да се стигне до положителен прираст.

Аналогична е и схемата за изплащане на еднократна помощ при раждане - за първо дете се дават 250 лв., за второ - 600 лв., а за всяко следващо по 200 лв. Този подход обаче бе обявен за дискриминационен от Комисията за защита от дискриминация и сега социалното министер-

50 лв. надбавка само за второ дете

● За останалите ще е пак 35 лв.

ство обжалва по съдебен път решението ѝ.

Предизборно БСП обеща увеличение на детските от 35 на 50 лв. за всички без значение на дохода. Разчетите обаче показаха, че за това са нужни 380 млн. лв. допълнително. Затова се предложи нов вариант - 50 лв., но при запазване на сегашния по-похожен критерий - 350 лв. на член от семейството. За него са нужни около 145 млн. лв. допълнително. В крайна сметка се стигна до запазване на летвата за достъп и диференцирано увеличение и нови обещания всяка майка в България да получава по 50 лв. детски без значение на дохода си до края

на мандата. Според експерти подобни очаквания са нереални.

Обезщетението за гледане на дете между 1 и 2 г.

се увеличава от 310 на 340 лв. от 1 януари. Сумата за бременност и раждане остава в размер на 90% от осигурителния доход в

продължение на 410 дни, от които 45 преди термин. Периодът, който е база за изчисляване на парите, е 24 месеца.



Догодина държавата ще подкрепи по-сериозно само семействата с 2 деца

Минимумът за безработен остава 7,20 на ден

Минималното обезщетение за безработица за четвърта поредна година ще бъде 7,20 лв. на ден, предвижда бюджет 2014. Максимумът му пък е 60% от осигурителния доход преди загубата на работа. Сумата ще се изчислява на базата на последните 24 месеца осигурителен стаж.

Таванът за обезщетяване на работник при фалит и ликвидация на предприятието догодина ще е 1200 лв. Размерът на гарантираните вземания е 6 начисления, но неизплатени месечни трудови възнаграждения и парични обезщетения през последните 12 месеца. За 2014 г. няма да се правят

вноски за фонд "Гарантирани вземания на работниците и служителите".

Болничните ще се изчисляват върху дохода от последните 18 месеца. Първите 3 дни ще се плащат пак от работодателя в размер на 70% от среднодневното брутно възнаграждение, а от 4-тия нататък ангажиментът е на Националния осигурителен институт - в размер на 80%.

Вдовишката добавка ще е 26,5% от пенсията/пенсията на починалия съпруг или съпруга.

Еднократната помощ при смърт на осигурено лице ще е 540 лв.

● Държавната подкрепа вече само срещу 15 дни общественополезен труд и 15 дни обучение

Социалните помощи ще бъдат заменени с ваучери за услуги. Този нов модел по белгийски образец ще бъде въведен пилотно голямото на следващата година, планира социалното министерство.

Идеята е за учениците над 16 г. например да се дават ваучери за учебници вместо традиционни

Ваучери за услуги сменят социалните помощи

те детски надбавки, обясни министърът на труда д-р Хасан Агемов. Други схеми ще се обмислят за хора с увреждания, безработни младежи и семейства с деца. Предстои обсъждане със синдикатите и работодателите. Възможно е ваучерите да бъдат предоставяни от частни компании, а не от Агенцията за социално подпомагане на принципа, на който се дават ваучерите за храна на работниците.

Причината да се търси нов модел на социално подпомагане е, че колкото и пари да се дават на калпак, те винаги ще бъдат недостатъчни и ще има недоволни, смята министърът. Вместо това трябвало да се намери начин да се оптимизира и рационализира цялата система.

"За социално подпомагане например плащаме повече от половин милиард лева на година, но се оказва, че всички са недоволни. И политиките искат още, и подпомаганите все са недоволни от тези 2-3 лв. увеличение. Недоволни са и работодателите, които плащат осигурителни вноски", аргументира се Агемов. Той бил убеден, че ако се продължи с досегашния инерционен подход, и догодина няма всички да са удовлетворени, въпреки че бюджетът за социални помощи е близо 1 млрд. лв.

За първи път от 23 г. социалното министерство има най-големия бюджет в кабинета. Това е повече от 1/3 от общия държавен бюджет и се равнява на 13,4% от БВП.

Още от 2014 г. ще бъде въведена промяна при

АЛТЕРНАТИВА

Вместо по-високите детски и обезщетения за децата между 1 и 2 г. да се въведе ваучерна система за социални услуги, насочени към семействата с деца, предлага КНСБ. Според експерта Асия Гонева в рамките на няколко месеца сумата за дете между 1 и 2 г. е на път да скочи със 100 лв. - от 240 на 340, и почти ще се изравни със средното обезщетение за бременност, раждане и отглеждане на малко дете, което е 355 лв. Според нея балансът се нарушава и затова е добре вместо на калпак предвидените 70 млн. лв. да се дават за ваучер, срещу който родителите да наемат детегледачка. От мярката щели да се възползват близо 55 000 семейства, които не са успели да започнат детето си на ясла или градина. Това щяло да отвори 20 000 работни места. Моделът работел ефективно в Белгия и Франция. Идеята е добра, но за безпроблемното ѝ въвеждане е нужна продължителна подготовка, коментира финансовият министър Петър Чобанов.



Пенсионерите се надяват да вземат коледна надбавка тази година. Вече е ясно, че екстрата няма да е за всички. До дни ще се разбере окончателно кои, колко и при какви условия ще я получат

Коледни 50 лв. за 1 млн. най-бедни пенсионери

Коледни добавки най-вероятно ще има, но не за всички, а за най-бедните, твърдят от социалното министерство. Засега най-реален е вариантът празничното допълване да е само за тези, които получават пенсии под прага на бедност. За догодина с решение на Министерския

съвет той бе определен на 251 лв.

Хората, които са под тази летва, са близо 1 млн. души. Ако се реши празничната сума да е по 50 лв., за това ще са нужни 50 млн. лв. Надзорът на НОИ трябва да реши окончателно до 15 ноември.

Според социалния ми-

нистер е най-добре добавката да бъде унифицирана, а не да зависи от осигурителния принос. Той очаква сумата да се събере от евентуално преизпълнение на бюджета и икономии на ведомствата.

Страницата подготви
Лиляна ФИЛИПОВА

Какви са перспективите пред малкия и средния бизнес

Сега е подходящият момент малките и средните предприятия да правят фирмените си стратегии за периода 2014-2020 г. и да синхронизират своите частни инвестиционни намерения с тези на общината и държавата. Това заяви за в. "Животът днес" председателят на Националното сдружение за малък и среден бизнес (НСМСБ) Елеонора Негулова. Тя допълни, че голям проблем в сектора е липсата на комуникация между администрацията и фирмите. "Представете си една пирамида, на върха ѝ е администрацията, а в основата има 351 000 малки и средни компании, които формират 99,2% от всички бизнес организации в страната. По средата на пирамидата обаче няма звена, които да осъществяват комуникацията и да прилагат политиките на държавата" - обясни експертът в икономиката.

Мирослава КИРИЛОВА

Според сдружението информираниостта на предприемачите за националните стратегии в сектора не е навременна и понякога идва много късно, когато хората не успяват да се подготвят. "Другият "препъникамък" идва по линия на самия предприемач, който не е израснал във фирмената си култура, така че да планира средносрочно бизнеса си в синхрон с планиранятия на държавата", допълни Елеонора Негулова. Подобрене в сектора би било и стартирането на електронно правителство, а след това и на електронни общини. "Бизнесът е териториално ангажиран, но когато общините нямат връзка с държавните институции, той се превръща в нещо като куриер между службите. Надяваме се електронните форми на взаимодействие да бъдат приложени и в следващия програмен период 2014-2020 г. Това ще намали времето, енергията и необходимите ресурси за обработване и оптимизация на проектите", категорична е председателката на НСМСБ.

Радващото в бранша е, че много млади хора, завършващи университет, имат идеята и желанието да стартират собствен бизнес.

"Особено успешни са т.нар. лабове - обединения на млади креативни личности, които искат да започнат бизнес. Целта им е да споделят знания и умения. Те не са конкуренти помежду си и се събират на едно място, за да работят заедно. Има вече създадени лабове, които могат да се нарекат модерна

форма на кооперативния съюз в сферата на компютърните технологии" - обясни председателят на центъра за обучение към Съюза за стопанска инициатива Радослав Пашов. Той е и преподавател по корпоративни финанси в УНСС, експерт по европейска лихвена политика. Събеседникът ни подчерта, че е важно да не се губи връзката между теорията и практиката, между образованието и работата. Основна насока на Европейския съюз в следващите години ще бъде изграждане на силна връзка бизнес-образование посредством стажове. Това е работата и на бизнеса, и на университетите, и на държавата. "Това, което в момента е направено, е програма praktiki.mon.bg. Тя представлява онлайн борса, в която студентите си харесват стажантски позиции и директно се кандидатства онлайн. Стажът се плаща от държавата. Представлява 240 часа, които са платени", обобща Пашов.

От НСМСБ пък споделят, че към тях за консултация се обръщат много млади фермери, които пишат проекти за овощни градини, лозови насаждения и др. "Тези инициативи са много силни, особено когато съществува една патриархална връзка със земята. Има семейства, които се връщат да живеят в селските общини, за да използват наследствени имоти, тъй като нямат друг капитал. Оттам насетне започват да изграждат къща за гости, предлагат варианти за селски и алтернативен туризъм, билкова търговия, екопроизводства", уточни Елеонора Негулова. Тя препоръча на младите хора,



които биха искали да се занимават с малък бизнес, да се обърнат към сдружението, защото в момента то изпълнява проект към ЕК за "създаване" на млади предприемачи.

Чрез програмата "Еразмус" всеки млад човек с конкретни идеи може да отиде при някоя утвърдена фирма от 27-те страни членки, за да види технологията на процеса, и това се поема като разход от ЕК.

"Бъдещето е в младите хора и дано те осъзнаят тази отговорност", пожела председателката на НСМСБ. Според икономиста Радослав Пашов хубаво е проходащите в бизнеса да са запознати с добрите практики в развитите страни. "Все пак не откриваме топлата вода и можем да се учим от чуждия опит, да получим знанието, т.нар. ноу-хау (от англ. *знам как*). Затова фундаментът, върху който трябва да се стъпи, за да се гради нова фирма или дейност, е знанието", допълни той.

И най-добрата идея обаче има нужда от едно представяне. Затова специалистите в бранша съветват предприемачите да се обръщат за консултантски услуги по своите проекти, защото разходите за този вид експертиза след това ще бъдат възстановени на бъдещия бизнесмен. Според НСМСБ все повече българи се решават да кандидатстват за финансиране и пишат проекти. Израстването

на екипите е видимо, а една фирма, която е кандидатствала веднъж по един проект, не остава само с него, а кандидатства отново. От сдружението обаче предупрежда предприемачите да са особено внимателни с консултантските услуги, които ползват, защото понякога неадекватна оценка и експертиза може да доведе до отказ от финансиране на проекта.

Практиката показва, че хората се притесняват

да реализират своя идея, защото не са наясно как тя ще бъде финансирана. Добрата новина в националната стратегия за стимулиране на малките и средните предприятия за периода 2014-2020 г. е, че с новите промени, които са заложили в Закона за българската банка за развитие и в предложените мерки, се предвижда микрофинансиране. "Тоест, ако например малките семейни фирми имат нужда от 20 000-30 000 лева, ще

намерят тази подкрепа, включително и чрез държавни гаранции по линия на банката. Увеличава се и капиталът на финансови инструменти за финансов инженеринг. Това означава, че ще има по-големи ресурси за фирми, които се занимават с внедряване на иновации в бизнеса, и за компании, които са в период на растеж или са експортно ориентирани", каза в заключение председателката на НСМСБ.



Имаш мечтите.
Трябва само
да се обадиш.

Провидент е международна компания за лично кредитиране по успешен британски бизнес модел. Доказателство за това са нашите над 2,4 млн клиенти в 8 държави, които ни доверяват нуждите, мечтите и възможностите си, а ние им даваме малка подкрепа в точния момент.

Сега и ти можеш да последваш мечтите си, а ние ще те подкрепим с персонални кредити за теб:

- ✓ бързи
- ✓ прозрачни
- ✓ гъвкави

Посрещни възможностите. Обади ни се!



0700 159 59



www.provident.bg

PROVIDENT



Десислава Николова

Българите са по-наясно, че кредитните карти не се ползват за теглене на пари, а за покупка на стоки и услуги в страната и в чужбина, в сравнение с преди 2 г. Финансовата култура се подобрява, макар и бавно, каза Десислава Николова, финансов анализатор от MoitePari.bg. Потреблението им се е увеличило с 40% (от 43% през 2011 до 60% ползващи кредитна карта през 2013 г.), сочи ново проучване на финансовия портал, проведено онлайн през октомври 2013 г. Анкетирани са 1278 души - мъже и жени от цялата страна, на възраст 35-55 години. 60% от тях ползват активно кредитна карта. Тя е удобство при пазаруване, но и възможност да имаме средства, без да се търси нов кредит. Някои я ползват вместо краткосрочен безлихвен заем, възползвайки се от гратисния период. Друго основно предназначение на картата е, че тя служи за покриване на непредвидени разходи. Тя е далеч по-изгодна от бързите кредити, зая-

Кредитната карта не е за теглене в брой

ви Деян Василев, изпълнителен директор на MoitePari.

Как да избираме?

Лихви, гратисен период, бонус точки - по тези въпроси обаче знанията на българите не са на нужното ниво. Когато избирате кредитна карта, помнете най-вече за годишния процент на разходите (ГПР), съветва Николова. Потребителите масово не познават този термин, който показва цялостното оскъпяване с всички разходи (лихви и такси) и едновременно с това отчита ползите от гратисния период при кредитните карти. Затова и повечето хора не могат сами да сравнят кои от предлаганите продукти на пазара са най-изгодни. Хората у нас си вадят кредитна карта, защото обслужващата банка им е предложила, сочи още проучването.

За какво най-често ползваме картата?

Близо 60% отговарят, че плащат с нея при покуп-



ки на ПОС терминал. Тогава такса няма. Банката начислява единствено лихва, която може да се избегне чрез издължаване на сумите в рамките на предоставения гратисен период. Покупките в интернет са предпочитан начин за ползване за 45% от отговорилите срещу 32% през

2011 г. В някои случаи онлайн дебитна карта не се приема. Кредитната се ползва често и при резервации на хотели, покупки на самолетни билети или наемане на автомобили под наем. Въпреки че тегленето на суми в брой от картата е скъпо удоволствие, една немалка част от отговорилите (35%) заявяват, че ползват картата в случай на нужда от средства. Тегленето на пари в брой е намаляло с малко повече от два пъти от 2011 г. насам.

Какво означава гратисен период по картата?

Основната заблуда е, че гратисният период започва да тече след датата на покупка, а в действител-

ност той представлява фиксиран от банката календарен период. Виждате в кои случаи важи той. Обичайно се прилага при покупки и само в много редки случаи при теглене на суми. Въпреки това 28% вярват, че гратисният период се прилага при всички операции.

Ползващите заявяват, че всички разходи по картата са високи (34%), без да познават критерия за цялостно оскъпяване по картата (Типичен ГПР). Допълнително още 31% определят лихвата като най-висок разход. В същото време таксите, свързани с картата (годишна такса, за издаване и най-вече за теглене на суми в брой), се игнорират.

Картодържателите не ползват промоции по картите - това показват

данните от анкетата, като 48% заявяват, че не използват промоции по картите си. Това се дължи основно на факта, че преобладаващите нови промоции по кредитни карти са предназначени за нови клиенти на банката, т.е. за новоиздадени карти. Така например промоция без такса за теглене на суми в брой или без лихва за покупки не касеа вече издадени кредитни карти, а тези, които ще бъдат издадени в рамките на определен период. Разбира се, съществуват и промоции по вече издадени карти - по-големи отстъпки при покупки в определени търговски вериги, събиране на бонус точки и т.н.

Кредитна карта, потребителски или бърз кредит?

Анкетираните заявяват категорично (68%), че кредитната карта е с по-добри лихвени условия, сравнено с бърз кредит от небанкова институция. Кредитната карта не е с по-добри лихвени условия от кредита, смятат 69% от анкетираните. Въпреки това те предпочитат картата заради удобството, което тя предлага - в случай на нужда да ползват картата, вместо да кандидатстват всеки път за потребителски заем (87%). Има и положителна тенденция в ползването на кредитни продукти - през 2013 г. ползващите едновременно кредитна карта и бърз кредит от небанкова институция са намалели почти двойно - от 19,69% през 2011 г. на 9,74% през 2013 г.

Деян Василев, изпълнителен директор на MoitePari:

Осигурете си бели пари за черни дни

Основен показател за финансовата култура на едно семейство е дали има аварийен фонд - бели пари за черни дни. Препоръката ми е да се осигурят средства, достатъчни за минималните разходи за три до шест месеца - под формата на спестяване или неизползван лимит от кредитна карта. Ако се случи нещо непредвидено, така хората няма да бъдат притискани да теглят бърз кредит с по-неизгодни условия. Прави впечатление, че докато част от хората спестява, друга затъва в дългове. Не са си направили добре сметката или неочаквано са били уволнени. Проблемът при бързите кредити е, че се дават, без да се прецени дали клиентът може да си го позволи. Има семейства с по 5-6 бързи кредита, които не са планирани. Те буквално теглят следващия, за да погасят предишния или да внесат вноска по ипотечен кредит. Тези хора се



Деян Василев

надлъзват със себе си, влизайки в една спирала на долу, в едно кредитиране с ефект на пирамида. В Турция например е забранено небанкови гужества да отпускат кредити след сключване на кредитния балон през 2000 г. В Румъния има закон от 2006 г., който

задължава банките и небанковите институции да представят пред контролен орган договорите си с клиентите, а също и да обяснят как одобряват клиентите. Забранено е вноската да надвишава 60% от месечния доход на потребителя.

ОСНОВНИ ИЗВОДИ ОТ ПРОУЧВАНЕТО:

- ✓ Кредитната карта се ползва повече от жените (60%). Те имат една карта (54%), която ползват предимно заради удобството при пазаруване (33%). 41% от анкетираните имат по повече от една кредитна карта.
- ✓ По-големите банки са предпочитани при избор на карта.
- ✓ Реалният разход - оскъпяването по кредитната карта (Типичен ГПР), не е от значение при избор на карта.
- ✓ Потребителите са наясно с основното предназначение на кредитната карта и нейните предимства.
- ✓ Въпреки че тегленето на суми в брой от картата е скъпа операция, анкетираните заявяват, че ползват картата в случай на нужда от средства.
- ✓ Кредитната карта се ползва сравнително често - средно един до пет пъти месечно.
- ✓ Притежателите на кредитни карти смятат, че всички разходи по картата са високи. Лихвените проценти също се определят като висок разход.
- ✓ Голяма част от анкетираните не са напълно наясно с начина, по който се определя гратисният период по картата.

● Страната ни е междинна спирка, чуждите ни гости предпочитат Западна Европа

"Мечтая да ходя на училище" - това са думите на 12-годишната Сара Закарие. Къдрокосото чаровно момиченце е от Сирия и чака да получи заедно със семейството си статут на бежанец у нас. Живее в най-големия център за временно настаняване в България към Държавната агенция за бежанците (ДАБ) - този в столичния квартал "Военна рампа".

Мирослава КИРИЛОВА

Днес в лагера са дошли доброволци от Българския Червен кръст, за да обучават децата тук, а и да поиграят с тях, но на Сара не ѝ е до забавления. Спомня си за дългия и мъчителен път от родния Алепо в Сирия през Турция, временна спирка в Истанбул и след това до България. "Имало е случаи, когато ходехме по 10 часа на ден в гората", разказва майка ѝ, която владее малко английски. Щастлива е, че са на сигурно място, защото върху дома им в арабската република е паднала бомба и напълно разрушила къщата. "Нямахме избор, трябваше да защитим децата си", добавя още изтормозената майка на три деца. Тя се притеснява да сподели името си, защото не е получила статут на бежанец, за който чака вече четири месеца. Документите ѝ са взети според закона за убежището и бежанците, щом е подала молба за временна закрила в България. Този тип закрила се предоставя в случай на масово навлизане на чужденци, които са принудени да напуснат държавата си поради въоръжен конфликт, гражданска война, чужда агресия, нарушаване на човешките права или насилие в големи раз-

мери на територията на съответната държава или в отделен район от нея и по тези причини не могат да се завърнат там.

Администрацията у нас обаче бави образованите производители и стотици сирийци са принудени да чакат с месеци, за да получат статут на бежанец. Над 85% от бежанския поток, който идва у нас, няма да останат в страната ни, целта на сирийските граждани е от тук да отпътуват за сърцето на Стария континент - Западна Европа - сочи и статистиката на ДАБ.

"Щом получа статут, искам да замина в Германия. Там имам чичо, който ще ми помогне да си стъпя на краката. Когато започна войната в Сирия, бях втори курс студент, но се наложи да прекъсна обучението си. Ако всичко е наред, в Германия ще продължа образованието си" - уверява 21-годишният Юсин. Семейството му е останало в родината, трудно им е, страхуват се за живота си, но се надяват конфликтът да свърши скоро. Юсин, който също живее в лагера във "Военна рампа", предлага на екипа ни чай и кафе. Предпочита да бъде активен, помага с превоза, знае и малко френски. Разказва, че тук е намерил нови приятели, но условията са мизерни. Липсва достатъчно храна, хората разчитат да получат хляб от дарения, няма медицинско обслужване, топла вода, лекарства.

85% от бежанците няма да останат тук



ята са мизерни. Липсва достатъчно храна, хората разчитат да получат хляб от дарения, няма медицинско обслужване, топла вода, лекарства.

"Знаете ли, има и положителни страни на бягството ни от родината" - казва с усмивка майката на Сара. Преди да замине, тъй като е била домакиня и не се е движела много, е била с наднормено тегло и е тежала около 100 кг. "Сега съм 63, в отлична форма съм" - смее се 28-годишната жена. Тя също чака с нетърпение документите си, за да замине за Швеция. Катгорична е, че не иска да остава в България. "Разваляме се, че имаме подслон, но няма как да живеем за дълго тук - няма работа, останали сме без пари, а държавата не може да си позволи да ни подкрепя повече в тези трудни времена, въпреки че хората са много добри с нас" - спо-

деля майката на Сара. "Когато минах границата и дойдох от Турция, не знаех какво ме очаква в България. Искам по-скоро да замина от тук, няма елементарно медицинско обслужване" - оплаква се 33-годишният Халил. Той има повишена кръвна за-

деля майката на Сара.

хар, но в момента не я контролира по никакъв начин, защото няма пари за лекарства. Не се храни и с подходящите продукти, защото в лагера няма голям избор - ориз, картофи, макарони, консерви. "Готвим си в стаите поради липса на кухня. Няма обаче основни продукти като захар, олио, брашно. Живеем пет семейства заедно (около 20 души в стая) и се отделяме един от друг с паравани от чаршафи. Сутрин обаче ги сваляме и се увиваме с тях, защото става много студено. Нямаме топла вода. От мърсотията и разликата в температурите децата много кашлят през нощта" - споделя и съпругата му Фатима.

Към нас трудно пристъпва младо момче, видимо с проблеми в краката. Има ревматологично заболяване, което сковава краиците му, а е едва на 24. "Не пия лекарства, няма как да си ги купя. Търся работа, в Сирия работех като електротехник и обичах занаята си" - споделя Ибрахим Еммах. В лагера има хора с всякакви професии - лекари, инженери, архитекти, учители, дърво-

гелци, механици, шивачи, козметици.

Центърът за временна закрила във "Военна рампа" има капацитет за 700 души, а в момента в него са настанени 722 бежанци. Доброволците от Червения кръст обучават и играят с около 300 деца веднъж седмично по два часа в този лагер, както и в кв. "Враждебна".

"Дајре, дајре", чуват се чуруликащи гласчета в двора на общежитието. "Децата правят кръгче (дајре) и вече могат да броят до 10 на български" - хвали се 23-годишната доброволка Александра Василева. Тя пътува от Пловдив, за да се позанимава с децата - рисуват, скачат, играят с обръчи, топки и въжета. "Няма разлика между българските и сирийските малчугани. Те са просто деца, без вина за войната в родината си. Показват ни техни народни танци, ние пък ги учим на хорца, пеем песни, пляскаме в такт, те ни помагат и много с превоза, защото попиват като гъби всичко и все повече разбират езика ни", увери ни Александра. "Знаят много думи на български - здравей, чао, как си, манджа, панталон, топка, яке" - с усмивка добавя още един доброволец от БЧК - Катерина Гайдзаджиева (19 г.), която втора поредна седмица работи с малчуганите от центъра във "Враждебна".

При капацитет от 3060 места в териториалните подразделения на ДАБ, в момента са настанени 4070 души, като 3320 от тях са сирийски граждани. 3816 бежанци пък са настанени на външен адрес за собствена сметка. Приоритет на властите в България е да ускорят процеса на регистрация и да наемат допълнителен персонал, за да се сведе първоначалната регистрация за искане на убежище до 21 дни вместо 5 месеца. С финансиране от ЕС правителството се надява да подобри условията в онези обекти, които не отговарят на стандартите, и да отвори нови центрове за прием. Миналата седмица комисията по бюджета в Европейския парламент одобри отпускането на допълнителни 18 милиона евро за бежанците от Сирия, които ще се разпределят между страните-членки на ЕС, които трябва да се справят с бежанската вълна от арабската република. Средствата се прехвърлят от други програми, в които няма да могат да бъдат похарчени тази година. Те ще се добавят към 14,4 млн. евро, които наскоро бяха пренасочени от бюджета на ЕС за 2013 г. със същата цел.

Гостоприемността ни не е мит



Снимка
Илияна КИРИЛОВА

След репортаж за тежката съдба на сирийската учителка Иптисам (38 г.) и дъщеря ѝ Лажин (12 г.) 72-годишната столичанка Мария Петрова ги кани да

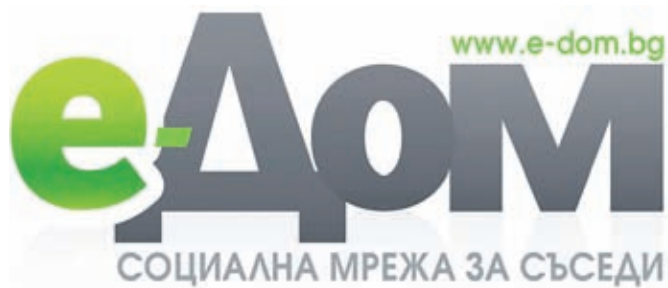
живеят в дома си в квартал "Драгалевци". Мария и брат ѝ Петър Стоев приютяват младата жена и детето ѝ, въпреки че не знаят думичка на арабски.

"Детето е много будно и разбира всичко, като му говорим на български, а то превежда на майка си, ползваме и езика на тятото", смее се Мария, която вече няколко седмици живее под един покрив с бежанките. "Не сме богати, но не сме лишени от нищо. Няма значение дали ще трябва да сготвя малко повече, за да има още две купички с ядене. Иптисам и Люлю, както галено ѝ казваме, също помагат в готвенето, чистенето, много са работливи и добри. Иптисам показва и някои сирийски рецепти и понякога хапваме арабска кухня", допълва столичанката.

Преди да отиде в центъра за бежанци в "Обща купел", Иптисам лежи в затвора в Любимец заради

минаване на границата с фалшива виза. Тогава споделя, че ѝ е било най-трудно заради лошото отношение на миграционните служби, а и детето ѝ се разболяло. После е прехвърлена в лагера в Бусманци. По време на бомбардировките в Сирия тя и съпругът ѝ се разделят и в момента не знае какво се е случило с него. Болна тема за младата учителка по арабски е синът ѝ, който е оставила при нейни познати в Турция и сега прави всичко възможно, за да си го прибере.

Внучката на Мария Петрова - Петя, също много харесва Люлю и Иптисам, учи ги на български език, показва им картата на София, за да ходят на разходки. "Чуждени хора са", сподели тя.



Има начин да се сложи край на междуседските кавги, на обречените битки с монополистите - доставчици на ток и топло, да облекчим и рационализираме бита си, да стигнем лесно до парите на европрограмите за саниране, енергийна ефективност и модерна жизнена среда.

Микаела ВЪЖАРОВА

Ползвателите на българската социална мрежа за съседни и управление на етажната собственост е-Дом (www.e-dom.bg) стават все повече. За услугите на платформата вече са регистрирани близо 500 етажни собственици в повече от 40 града. Сайтът предлага на домоуправители и на всички граждани, живеещи в сгради в режим на етажна собственост, уникални възможности за лесно управление, следене на документацията и на сметките на входа, за организация/самоорганизация и за контакти с местната власт и администрацията на всички институции.

Практичните възможности за постоянна и бърза комуникация във "Форума на съседите" превръщат този канал в отлично средство за общуване между живеещите на все-

ки отделен адрес и за връзка с домоуправителя, с фирмите за поддръжка и за управление на собствеността.

Всички дейности в една етажна собственост могат да се осъществяват виртуално в интернет и при пълна прозрачност за всички участници: домоуправителите поддържат лесно електронна домовна книга, извършват нови регистрации. Системата предлага модерни и добре структурирани форми/програми за

Водене на сметките на етажната собственост

чрез специален модул "бюджет", възможност за бързо разпределяне и разпращане на сметките/дялове от общите задължения, за бързо организиране на живеещите в сградата за решаване на проблеми, извършване на допитвания по актуални теми. Всеки собственик или обитаван жилище в сградата има възможност пряко да следи цялата финансова и документна дейност на етажната собственост, да контролира и сигнализира. Системата дава публичен и експресен достъп до всички обществени документи, протоколи от събрания, решения, разходни документи, договори и други.

Лесно, модерно и професионално управление на етажната собственост



office@domopro.bg (02) 443 80 97

www.domopro.bg

СЪБИРАНЕ НА ЛИЧНИТЕ ВНОСИ И ПЛАЩАНЕ НА СЧЕТОТЕ

ПОДДРЪЖКА И РЕМОНТ НА ОБЩИТЕ ЧАСТИ

ПОДДРЪЖКА АСАНСОР

ЧИСТОТА

ПОДДРЪЖКА СПОРОБОЛОВО ПРОСТРАНСТВО

ПРОБЛЕМИ СЪС СЪСЕДИТЕ

САНИРАНЕ

ДОМОУПРАВИТЕЛИ НА ВАШИТЕ УСЛУГИ

АНГЕЛИ ПО ПОДДРЪЖКАТА

Мрежата осигурява добре структурирана и лесна за ползване информация, необходима за организирането на общи събрания и за създаване на юридически дружества от собствениците и обитателите на отделните сгради/етажни собственици.

Година след старта на националната платформа за онлайн управление на етажни собственици е-Дом нейни колективни ползватели вече стават и фирми, предлагащи услугата

професионален домоуправител.

Екипът на "ДомоПро" - компания за професионално управление, стопанисване и поддръжка на етажна собственост в големи многоетажни блокове, жилищни кооперации, затворени жилищни комплекси и други, е най-новото партньорско допълнение. С основателно самочувствие наричат себе си "АНГЕЛИТЕ ПО ПОДДРЪЖКАТА". Ако една сградна общност избере техните услуги и платформата е-Дом, си гарантира бързо и професионално справяне с проблемите на общия бит и битуване, добро организиране на живота и анга-

жиментите на собственици и обитатели, комплексно обслужване: от сградна поддръжка (чистота и ремонт), събиране, отчитане, плащане на всички сметки и разходи, до юридически консултации при стандартни и нестандартни казуси и оказване на помощ за участие и ползване на всички модерни, включително финансови възможности на

европейските проекти

за саниране, енергоспестяване, модернизация на жизнената среда.

Създателите на платформата е-Дом казват: социалната мрежа за съседни има потенциала да рационализира и промени живота на хиляди българи към по-добро. Тя предлага решение на проблемите на близо 5 млн. граждани у нас, обитаващи етажна собственост. Днес това са около 170 000 входа.

www.e-dom.bg
www.domopro.bg

Доц. Георги Лозанов, хирург

Много години работих в една болница с проф. Димитър Димитров - виден учен, внедрил у нас много нововъведения в медицината, вкл. резорбируемите хирургични конци, създател и на регенериращата лечебна храна "Сириус-Д". Храна, включена в българската космическа програма и за приложение при много болести. Неслучайно тя е наричана образно българска революция в медицината.

Какво е "Сириус-Д" и как тази храна подпомага лечението?



„Сириус-Д“ - помощ при язва, множествена склероза, шипове, болни стави

В много случаи са необходими източници на белтъчини, които да съдържат всички аминокиселини и същевременно да се усвояват много бързо. Именно такъв продукт е "Сириус-Д" - хранителна добавка, която води до бързо възстановяване на всички дегенеративно променени тъкани и органи. Тя резорбира фиброзна болната, нефункционална тъкан, подпомага лечението на много органи, премахва шипове, кисти, миоми, абсорбира плаките, които се образуват при множествена склероза, като имаме

100% възстановени пациенти, доказано с ядрено-магнитен резонанс. Имаме и възстановени от глаукома, която в световната практика досега можеше да се подобри до 50%. Възстановява също черен гроб, бъбреци, жлъчка. Решително подобрява и стомашно-чревни проблеми като рефлукс, гастрит, язва. Тази храна отпушва и изчиства кръвоносните съдове. Важна функция на продукта е, че създава хрупкава тъкан в ставите и помага на много хора без операция да възстановят колене, таз, гръбначен

стълб и да живеят пълноценно. Продуктът е напълно натурален, безвреден, няма нежелани странични ефекти. В него има хранителни вещества, които не се съдържат в обикновената храна. Може да се консумира неограничено време, няма ограничения във възрастта. "Сириус-Д" има сертификат от МЗ - България и европейски сертификат. Веднъж български лекари са дали становища за тази храна, придружени с де-

сетки документирани примери за излекувани от "нелечими" болести. Всеки желаещ може да се запознае с тях. Хиляди са българите, получили изцеление след ползването само на тази храна. Между тях са много известни наши спортисти, лекари, артисти - имената им са в регистрите на фирмата с права да работи със "Сириус-Д".

Подпомага лечението на:

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

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



Работа на многодетекторната система GAMMASPHERE в Националната лаборатория по ядрена физика на САЩ "Аргон" в Чикаго

Роден е в Мелнишко, завършва "Физика" в Софийския университет, специализира в Кьолнския университет. Със стипендия "Мария Кюри" работи в италианската национална лаборатория по ядрена физика край Падуа. Няма място по света, където да не е участвал във фундаментални изследвания по ядрена физика. Казва, че това му носи истинското удовлетворение - да прави експерименти, да анализира данните, да реши проблем, а административната работа му тежи. Доц. д-р Димитър Тонев ръководи най-многобройния научен институт в БАН. А със своите 44 докторанти в момента може да се каже, че и най-младия. Започваме разговора с това как да се удържи бурният процес на изтичане на мозъци, най-болната тема за българската наука.

На първо място, младите учени искат на базата на добра инфраструктура перспектива в това, което работят. В един ядрен институт примерно трябва да има поне един изследователски реактор или работещ ускорител. Второто е ученият да е ентусиазиран от интересни задачи и чак на трето място са финансовите изисквания. Има все още високкоквалифицирани учени, които дават шанс на младите да бъдат въввлечени в решаването на интересни задачи. Но с времето инфраструктурата губи от своя чар, а пък заплащането съвсем открито ги отблъсква.

- Как "губи чар" една научна база?

- Имаме нужда от по-мо-

Започнахме най-големия научен проект на България

● С доц. Димитър Тонев, директор на Института за ядрени изследвания и ядрена енергетика на БАН, разговаря Галина Спасова

яерна апаратура. И в тази посока започнахме най-големия научен проект на България - създаване на национален циклотронен център. Това ще даде възможност да се ускоряват заредени частици, като приложението би било за фундаментални изследвания в ядрената физика, както и в областта на медицинските изотопи за диагностика и лечение на ракови заболявания. Така бихме поставили основите на нова за България специалност - радиофармация. Това е фармация, която използва радиоактивни вещества. Проектът започна преди година, сега сме в процедура по закона за обществените поръчки за закупуване на ускорителя. Средствата за него са осигурени. Има частни конкуренти, които биха се опитали да спрат този проект и които не се занимават с научни изследвания, а само с производство. Нашата цел е да извършваме научна работа и сме твърдо мотивирани това да стане. Според графика на проекта в края на 2015 г. той трябва да е приключил.

- Какво може да попречи?

- Технически трудности, както и финансирането за сградата, за което имаме нужда от помощ. Говорим за сграда със стени от специален бетон, около 8-9 метра дебели, трябва да отговаря на специални изисквания. Така че за нея са

необходими също толкова средства, колкото за ускорителя - около 10 млн. лева. Кандидатствали сме по европрограми, очакваме и от държавата целево да бъдат отделени средства, тъй като България дава 8 млн. годишно само за да внесе от Унгария или Австрия медицински изотопи. Флуор 18 има период на полуразпад около 110 мин. Докато стигне от Дебрецен до Будапеща, да мине митнически контрол, да пътува със самолет до София или Варна, пак да мине контрол - поне два часа са минали. Което означава, че пациентите чакат, не стигат дозите, а раковите клетки растат бързо. Освен че цялото това време ще бъде съкратено, производството в България би било много по-евтино за държавата.

- Да се върнем малко назад в историята - институтът е на повече от 40 години...

- В нашия изследователски реактор са произвеждани изотопи за диагностика на туморни заболявания и са задоволявани нуждите на всички болници. Но със спрянето му през 1989 г. се преустановява и производството. Разполагаме с доста силни експертни групи по радиохимия, включително в момента една от младите хора, които имат сериозен капацитет в тази област. Добре, че все още ги има. Но поради липса на из-

Може би точно медиите трябва да пропагандират нашата идея да обучим по един човек от всяка общинска администрация, от всяко училище, университет и особено от детските градини - да знаят как се реагира при реално създадена ситуация

на, която участва в стрес тестове на атомна централа. Нашето изпитание при стрес тестовите на АЕЦ "Козлодуй" беше за устойчивостта на конструкцията и съоръженията на външни въздействия - ураганен вятър, много ниски или много високи температури, снеговалеж. От тази гледна точка безопасността е на много високо ниво. Нашият доклад се прие от Агенцията за ядрено регулиране и от Европейската комисия без забележки. Мога да кажа, че АЕЦ "Козлодуй" е най-проверяваната в Европа и това е добре, защото степента на сигурност е изключително висока.

- Но големите аварии са свързани с човешка грешка.

- Тук помагаме с обучение на кадри. Най-големият проект за обучение на млади специалисти докторанти е съвместен между нашия

жениа, в които да се съхраняват радиоактивни отпадъци дългосрочно. Но и в момента аз не знам в света да има място, където радиоактивните отпадъци да не се съхраняват надеждно и безопасно. Нашата страна има решение за изграждане на хранилище. Направен е презлед на площадката и по него се работи. Т.е. България е в час. Първото хранилище за радиоактивни материали е било към нашия институт. Сега е в държавното предприятие "Радиоактивни отпадъци", което става все по-голямо.

- Каква е разликата между радиоактивни отпадъци и отработено гориво?

- Ядреното гориво са обикновено уранови таблети, подредени в тръба от циркониева сплав. След като завърши употребата му в АЕЦ, то се нарича отработено и е нужно надеждното му съхранение. Но например метално съоръжение, което е стояло дълго в радиоактивна среда, също представлява радиоактивен отпадък, макар и не толкова опасен. Въпреки това се взимат всички мерки материал, който е облъчван дълго време, да се съхрани безопасно. Именно това е отговорност на предприятието "Радиоактивни отпадъци". Заедно с тях в момента разработваме нова технология за съхраняване на тритий. Той е много пръхав и работим по създаване на керамични съдове, които да го съхраняват дълговечно. Защото той например не се задържа в метален контейнер. Това е наша обща идея. Когато постигнем траен резултат и премиат тестовите, методът ще се патентова.

- Да се върнем към неговерието и страха - мисля, че хората не бива да бъдат винени за това. Липсва система за информираност и оповестяване на евентуална опасност.

- Да. Незнанието поражда страх. Имаме учебен център, в който се издават сертификати за обучение за работа в среда с йонизиращи лъчения. Може би точно медиите трябва да пропагандират нашата идея да обучим по един човек от всяка общинска администрация, от всяко училище, университет и особено от детските градини - да знаят как се реагира при реално създадена се ситуация. А не да се всява паника, да се действа неадекватно. Да изхвърлят дребни, да пият йод, да си мажат петите с йод... - какви ли не чудесии съм чувал да се правят.

- Какво ви пали извън ядрената физика?

- Обичам много да ходя из планините и макар да съм роден в Пирин, съм влюбен в Маловишкия дял на Рила, езерата. Вече повече от 20 години ходя там редовно. Много се интересувам от футбол и съм запален привърженик на ЦСКА. Участвал съм и няколко пъти в марафони.

институт и АЕЦ "Козлодуй". През 2011 г. сключихме договор за обучение на 6 млади специалисти от централата. Сигурен съм, че те са и бъдещите ръководни кадри на АЕЦ. Сред тях има химици, физици, инженери, които да повишават своята квалификация на много високо ниво, за да са компетентни да управляват безопасно централата.

- Надеждното складиране на отпадъците от производството е също световен проблем.

- Наскоро участвах във Вилнюс в конференция, организирана от Европейската комисия. Коментираха се точно тези важни въпроси, на които се търсят трайни решения. А те са изграждане на хранилища. У нас също предстои да се изгради хранилище за радиоактивни отпадъци. То трябва да е съоръжение, в което съхранението на горивото ще е в рамките на десетки хиляди години. За България трябва да кажем ясно, че проблемът с отработеното гориво е решен - изнася се в Русия.

- В момента - да, но ако тя откаже го приема, какво правим?

- Трябва да се търси дългосрочно решение, с национално хранилище. И когато компетентни хора го планират и построят, това е гаранция за сигурност. Една от европейските директиви е за изграждане на съоръ-

- За хората обаче ползата от ядрената енергия и страховете от нея са преплетени в сложен пъзел. След Чернобил, Фукушима...

- Ядреният институт на БАН е единствената академична институция в Евро-

Електронните учебници влизат у дома

Гергана ПЕТКОВА

Всеки български първолак вече може да има на компютъра си електронни учебници. Те са достъпни срещу минимален абонамент на сайта e-uchebnik.bg, съобщиха издателите от "Просвета". Там могат да се намерят и е-книгите за второкласниците, а до пролетта ще са готови мултимедийните варианти за останалите класове до 7-и включително.

Какво представляват е-помагалата?

Електронните учебници стриктно следват съдържанието на печатните, което е одобрено от МОМН и покрива напълно програмата за съответния клас и предмет. Но оттук нататък разликата е значителна. Те не са просто някакво компютърно ксерокопие или PDF. Те са ново поколение инструменти, които помагат да се промени стереотипът за образованието от "Ученето е досадно" (макар и необходимо, полезно и почти неизбежно) към "Ученето е забавно" (с всички произтичащи положителни резултати).

Това е така, защото електронният учебник не само може да се чете, но самият той говори (задължително за чуждите езици, за да се научи правилното произношение), свири и пее (музиката) или показва и разказва чрез прикачените в него кратки видеофилмчета (биология, химия, физика, география).

Е-учебникът е обогатен с увлекателни задачи и упражнения, които затвърждават знанията чрез игра - най-лесният начин за едно дете да ги усвои. С малко компютърен опит



върху него може да се подчертава, да се оцветява, да се водят записки, а по-напредналите могат да прибавят дори собствени или изтеглени от интернет мултимедийни материали.

Казано накратко: сами знаем колко е трудно да отлепим съвременните деца от монитора. Е, електронните учебници са средството да ги залепим за уроците.

Как ще ги стигнем американците

Българинът Джон Атанасов измисли на американците компютъра и оттогава нямат стигане - то не е "Майкрософт", "Гугъл", "Епъл"...

В електронните учебници разликата между нас и тях обаче не е чак толкова космическа. Още по-малка е тя между нашите продукти и тези на братските европейски страни. България без съмнение може да се сравнява с първите от Топ 5 на Стария континент по интерактивни учебници за най-малките. Това стана ясно на тазгодишния Франкфуртски панаир на книгата, където имаше специална конференция по те-

мата. "Просвета" създава продуктите си на същата софтуерна платформа, на която работят най-големите германски издателства и в същата стратегическа посока - от материали в помощ на учителя, за интерактивна дъска и за работа в клас, към учебници за ученика и за всяко "умно" устройство, обявяват от издателството.

Кога, къде и колко

Сега можете да си вземете учебниците на "Просвета" за първи и втори клас. Ако детето ви учи по това издателство, трябва да внимавате точно кои, като гледате авторите - защото издателството има две различни букварчета, две математики и т.н. Ако учи по друго издателство - електронните учебници пак могат да се ползват вкъщи, щом прецените, че така детето ще усвои материала по-добре. Но домашните ще трябва да се пишат по книгите, които е определил учителят. Кога ще излязат учебниците за останалите класове (до седми) - най-късно до про-

летта. А до началото на следващата учебна година електронните ресурси ще могат да се ползват не само на персонален компютър или лаптоп, но и на джуги "смарт" или умни устройства, като таблети например.

Щом едно заглавие е готово, било то за трети, пети или седми клас, ще бъде добавено на сайта e-uchebnik. И нещо много важно - към готовите и качени вече на сайта учебници също периодично ще се добавят нови материали, които в рамките на абонамента ще могат да се ползват без допълнително заплащане.

Колко струва абонаментът за един учебник и как да го направим?

Всичко става през сайта e-uchebnik, където има подробни указания. Накратко: абонаментът за всеки учебник е за една година плюс три месеца - преценен е така, че да се ползва и за преговора в следващия клас. Цената е 4,80 лева с ДДС. Тя може да се плати с SMS. Плащането чрез мобилния телефон е най-лесният и ползван в България начин. Друга възможност е по банков път - предимството е, че може да поръчате повече заглавия наведнъж и при покупка над 22 лева ползвате 10 процента отстъпка, а над 33 лева - 15 на сто.

Има и трета възможност, много изгодна, с отстъпка до 24 на сто при по-големи колективни покупки. Тази възможност обикновено се използва от учители или от активни родители: учебниците могат да се поръчат чрез представителите на издателството във всеки областен град. Техните контакти могат да се намерят на сайта prosveta.bg.

Родители, със сигурност ще ви хареса

Заради децата си всеки отговорен родител се връща в първи, съответно втори, трети клас. Учи с тях, проверява им домашните, прави диктовки... Ако решите да ползвате електронни учебници, със сигурност ще ви хареса. Ще установите това, което скоро ще знае и всяко дете: с тях ученето е по-интересно и лесно.

МЕДИИТЕ:

"България е сред петте най-добри държави в Европа по разработване и прилагане на електронните учебници. Това беше отбелязано във Франкфурт, където този месец се събраха издателства от целия свят. Нашите дигитални помагала са много по-интерактивни от тези в Латвия и дори Финландия, където качеството на образование е много високо."

Вестник "Новинар"

"Освен съдържанието на хартиените в електронните учебници има и игри. Според създателите им така ученето ще се превърне в забавление. Има възможност и децата да се самооценяват."

Вестник "Дневник"

"Електронните учебници не са просто сканирано копие, а включват и допълнителни занимателни упражнения, задачи и игри. В учебниците по английски език са включени и аудиофайлове, които улесняват процеса на обучение. Тези помагала ще спомогнат да се промени мисленето на децата от нагласата, че "ученето е досадно", към "ученето е забавно" и така материалът ще се усвоява по-лесно."

MEDIAPOL.BG

"Електронните учебници имат висока педагогическа стойност и напълно отговарят на новото поколение ученици, които работят в условията на интернет. Според издателството учебниците правят обучението много по-интересно и мотивирано."

BNEWS

И „Фейсбук“ им пише отличен

"Работя с част от електронните учебници на "Просвета" - невероятни са! Интересни за децата, лесни за инсталиране и работа и облекчаващи труда на учителя." - **Ивелина Найденова, учител**

"Вече работя с електронните учебници за 2. клас. Интересни и ползотворни са уроците с тях." - **Сийка Маринова, учител**

"Работя с електронните учебници на издателство "Просвета" за 2. клас от момента, в който са ми ги подариха. Инсталират се изключително лесно. Много интересни и разнообразни стават уроците с тях. Децата ги очакват с нетърпение. Учителката по английски език - също! Благодаря на издателството за грижите и предоставените нови помагала. Вече получих и дългоочакваната игра "Маймунски приказки"! Успех на

всички!" - **Стефка Стоянова, учител**

"Също работя с такива по история в пети и шести клас. Много съм доволна, обучението става по-интересно за децата и с удоволствие работим с електронния учебник." - **Кремелита Бонева, учител**

"Рядко харесвам нещата, свързани с българското образование, но това е едно от тях... Браво!" - **Вероломно Изнедадан (В интернет не всеки се подписва с името си.)**

"Здравейте. Вече превъртах първата игра "Маймунски приказки". Брат ми също я хареса. Интересно е, когато има за смятане, а чудовищата много ми харесаха. Много съм доволна и от учебниците. Беше ми интересно да слушам урока по английски и да се опитвам да говоря като тях." - **Тео, ученик в 4. клас**



„Играй и стани отличник по математика: виж www.monkey.bg“

ЖИВОТ & ЗДРАВЕ

12 - 18 НОЕМВРИ 2013

Как да различим грип от настинка

Независимо от топлото за сезона време зимата започва да напомня за себе си. Пред кабинетите на лекарите вече се струпват първите "жертви" на отслабения имунитет. Истинският грип обаче все още не е нахлул. Ще го разпознаете ли?

На стр. 14



Алергиите губят позиции

Развитието на цивилизацията носи със себе си и негативни ефекти. Един от тях е драстичното увеличаване на алергиите. За щастие вече съществува терапия, която успешно се справя със заболяването.

На стр. 19

Кои храни са вредни за децата ни

Всички знаем, че бързите закуски не са най-доброто меню за малчуганите. Специалисти обаче са съставили рейтинг на най-вредните храни, които трябва да държим далече от децата си.

На стр. 20

За равновесието в организма

Радикалните промени в менюто на съвременния човек доведоха до много здравословни проблеми. Последният хит в диететиката са алкалните храни и понятието рН, което според експертите играе основна роля в състоянието на организма ни.

На стр. 21

ЛЕКАРИТЕ НЕ СА ЧИНОВНИЦИ

Причините за мъжкото безплодие, защо в 50% от случаите на бездетните семейства трябва да се изследва и лекува мъжът? Нарушена ерекция, тумори на тестисите, ролята на андролога при решение за инвитро. Вероятно за това ще бъде днешният разговор с д-р Александър Заимов, уролог, андролог от Александровска болница, ако здравната система не е отново в криза. Новините от сектора обаче налагат други въпроси: защо лекарите работят в постоянен стрес, защо са пред стачка, защо доста-

вни спират консумативи и лекарства за болници и ще блокират сметките им... Защо болниците няма да получат парите, които са изработили, защо чиновници решават колко да са болните и как да се лекуват, превръщат пациентите в клинични пътеки?

Интервю с д-р Александър Заимов, зам.-председател на Столичната колегия на БЛС, четете на стр. 17



ДЕПРЕСИЯТА Е ВТОРАТА ПРИЧИНА ЗА ИНВАЛИДНОСТ

Депресията е втората най-честа причина за инвалидност в света след болките в гърба, твърдят австралийски учени. Те направиха преглед на публикации по темата, като сравниха клиничната депресия с над 200 други заболявания и травми като причина за инвалидност. Изводът им е, че депресията трябва да се превърне в приоритет за световното здравеопазване. Честотата на случаите на тежка депресия варира в различните държави и региони.

Най-голяма е в Афганистан, а най-малка - в Япония. Много малко от болните в света обаче имат достъп до лечение. "Депресията е голям проблем и определено трябва да ѝ обръщаме повече внимание - казва ръководителят на изследването д-р Ализе Ферари от Университета на Куинсланд. - Бременето е различно в отделните държави и има тенденция да е по-високо в страниите с ниски и средни доходи и по-ниско в страните с високи доходи".

В УСЛОВИЯТА НА СТРЕС ОХЛЮВИТЕ ЗАБРАВЯТ

Сара Дейлсман от Университета в Ексетър (Великобритания) и нейните колеги са установили, че охлювите започват да забравят, когато са подложени на стрес. Изследователите са стигнали до този извод,

след като са изучили работата на нервните клетки и възли в организма на обикновени езерни охлюви. Постоянният стрес води до това, че охлювите започват да забравят разположението на опасните и безо-

пасните участъци в аквариума. А това показва наличие на универсални за всички живи същества механизми, обясняващи влошаването на паметта в условията на стрес при хората, твърдят английските биолози.

Искате ли да забравите за неудобствата на зъбните протези?

Protefix®

Сигурност и грижа
За зъбните протези и ортодонтични апаратчета



ПРОТЕФИКС® Фиксиращ крем за зъбни протези обогатен с Алое Вера

- Изключителна фиксираща сила и при мокра основа
- Успокоява и защитава устната лигавица
- Алое вера оказва терапевтичен ефект при наранявания и афти
- Не съдържа консерванти и др. вредни вещества



ПРОТЕФИКС® Почистващи таблетки за зъбни протези и ортодонтични апаратчета

- Почистват за 3 минути
- Дезинфекцират за 15 минути
- Подходящи за почистване на зъбни протези и ортодонтични апаратчета
- Не увреждат материала на зъбните протези

Всички продукти **ПРОТЕФИКС®** носят печат - гаранция за контролирано качество, отлична поносимост и изключителна функционалност.

Гарантирано немско качество на най-добра цена

Д-р Тодор Пенелджийски,
уролог в Медицинския
институт на МВР

В практиката си на уролог наблюдавам зачестяване на инфекциите, свързани с пикочния канал. Особено при мъжете между 25 и 40 години относителният дял на възпалителните заболявания на уретрата и простатата забележимо нарастват. Обяснението е в по-голямата осведоменост на сексуалните контакти, което увеличава риска от заразяване с полово предавани инфекции. Разбира се, има и други бактериални щамове, които от различни възпалителни огнища в тя-



лото могат да попаднат вторично в пикочните пътища. Възпалителният процес на пикочния канал (уретрит) може да обхване само ли-

гавицата или цялата стена и се наблюдават съответно микроскопски промени. Обикновено се проявява с по-често уриниране, парене, болки

при уриниране. Друг важен симптом е изтичането на секрет от уретрата, който може да бъде слузест, може да бъде и гноевиден. Болките и паренето може да се появят и без да има секрет. Има случаи уретрити да протичат почти без болка - само едно леко изтръпване на половия член, мравучкане и лека слузна секреция, обикновено сутрин.

Първото, което човек трябва да направи при такива симптоми, е да се консултира с уролог. Въз основа на прегледа се назначават изследвания - на уретралния секрет, стерилна урина, ултразвукова диагностика, и може в 80% да бъде поставена диагноза. Голям проблем, на който акцентирам, са полово предаваните специфични възпаалителни процеси на пикочния мехур в резултат на микоплазмени, хламидиални, трихомонални и т.н. инфекции. Тук не говорим за гонорея, сифилис и т.н., които са в полето на дерматолозите, но винаги трябва при

съмнение да търсим връзка и да се пуснат съответните изследвания, за да се установи точно етиологично възбудителят на инфекцията. Това е основното.

Какъв може да е причинителят? Той може да бъде специфичен и неспецифичен. Голяма част от уроинфекциите се причиняват от условно патогенни микроорганизми, които имат нормално колонии по нашето тяло - примерно ешерихия коли. Когато има много честна смяна на половите партньори, се забелязва повишена вирулентност най-вече на ешерихия коли. Съществуват и други предразполагащи фактори - обща простуда, травми на половия канал, в областта на пикочния мехур. Ездата, коleeзденето травмират канала и може да създадат условия за инфектиране. Негативни фактори са също нездравословният начин на живот и хранене, употребата на алкохол, тютюнопушенето. Трябва да се знае, че хронични инфекции в други части на тялото могат по кръвен път да доведат до вторично заразяване. Уретритите са остри и хронични, като вторите се поддават

по-трудно на лечение. Непроследената и неправилно лекувана инфекция много често става хронична. Когато не е изолиран възбудителят на инфекцията, когато не е правилно лечението и не се базира на цялостно изследване.

Напоследък се забелязва повишена резистентност на бактериалните възбудители на инфекциите към антибиотици. И на този фон употребата на билкови екстракти като вече познатия ми от практиката "Урокомформ" дава възможност за подобряване на общото състояние на пациента. Този продукт съдържа екстракт от червена боровинка и от коприва. Някои от съставките му предотвратяват адхезията на бактериите за уротела, други пък потискат размножаването им, трети имат имуномодулиращ ефект. Така че употребата на "Урокомформ" продължително време - три до шест месеца - води до насищането с биофлавоноиди - така се прочиства организъмът от бактериите и се създава напрегнатост на имунната система за отпор на нова инвазия на патогенни микроорганизми.

Медицински институт на МВР

Д-р Тодор Пенелджийски, специалист уролог

Адрес: София, бул. "Скобелев" 79,

Тел: 0877788699; Слж: 02/9821300

E-mail: todorpepeldjiiski0114@abv.bg

Двама белгийски хирурзи откриха непознато сухожилие в човешкото коляно, което може да участва в една от най-разпространените спортни травми. Въпреки че в медицинската история такова сухожилие е споменавано, за пръв път структурата и предназначението му са установени толкова ясно. Специалистите настояват обаче за повече изследвания, с които да бъде доказана значимостта му в хирургията на коляното.

Неговата анатомия е много сложна и няколко екипа по света изследват не толкова добре определени структури в него.

Това специално сухожилие е споменато за пръв път от френския хирург Пол Сеон през 1879 г., но категорична хирургическа класификация за него няма. На базата на работата и на други хирурзи д-р

Клаес и проф. Йохан Белеманс от Университета в Льовен описаха подробно сухожилието, което минава от външната страна на бедрената кост към пишала.

Белгийските хирурзи са направили микроскопска дисекция на 41 дарени коленни стави. Те са открили сухо-

жилицето в 40 от тях.

Постижението им ще помогне да бъде разбрано по-добре скъсването на предното кръстовидно сухожилие - честа спортна травма, и по-специално защо въпреки напредналите хирургически методи от 10 до 20 процента от пациентите не успяват да се възстановят.



Хранителна добавка

Comfortex®

**Само 2 капсули
след хранене
премахват:**

- излишните газове
- чувството на тежест след нахранване
- болезнените спазми

Помощни вещества:
инталаксиди, бутадиол,
та анис, бутангидрокси-
толил.

**Състав на меката
Алгинатова капсула:**
Вегетарианска алгинат,
инулин, сорбитол, конкорбин,
щ. метил хидроксидбензоат.
Безопасен изкуствен ароматизатор,
пик, приготвен в лаборатория.

**Препоръчителна доза за
възрастен човек:**
2 пъти по 2 капсули след
хранене с чаша вода.

Нормално количество: 6 г
**За възрастни и деца
над 12 години.**

3 800217 440067

ЕСOPHARM

Food supplement

Comfortex®

Благоприятно повишава
функцията на
стомашно-чревния тракт.

30
желатинови
капсули

5 билки за добро храносмилане

ЕСOPHARM

РЕВОЛЮЦИОНЕН МЕТОД СПАСЯВА ОТ РАЗШИРЕНИ ВЕНИ

● Израелски специалист лекува стотици българи, засегнати от коварното заболяване



Разширените вени са проблем не само от естетична гледна точка. Тежестта и болезненото усещане, приемането на медикаменти и продължителното лечение нарушават ритъма на живот. Но има надежда за пациентите с този проблем да се избавят от болките благодарение на революционен метод, наречен склеротерапия под ултразвуков контрол.

вена и не се вижда с просто око. Затова много лекари инжектират склеротизиращото вещество във видимите разширени вени и естествено могава няма полза от инжекцията".

Методът се прилага при хора от всички възрасти, а хронични заболявания като сърдечностъдови или диабет например не са противопоказни, отговаря д-р Галили на въпроса в кои случаи не може да бъде прилагано лечението. Това лечение е алтернатива на операцията при пациенти, които не са подходящи за хирургична интервенция.

В България методът идва едва преди 4 години с първото посещение на доктор Галили у нас. Сега специалистът идва почти всеки месец, за да диагностицира и лекува пациенти. Стотици са вече излекуваните, между тях много лекари. Идват много пациенти и от други страни, които са чули за метода и търсят спасение при д-р Галили. Безболезнеността и успеваемостта над 95% кара много болни да предпочитат това лечение пред хирургичната намеса, която не гарантира пълното отстраняване на проблема за разлика от склеротерапията.

Следващото посещение на д-р Галили ще бъде в началото на декември.

За повече информация и записване:
0879 851 557
и 0886-54-84-54,
www.dr-galili-bg.com
МЦ Еника,
пл. "Преображение" №1

Д-р Яир Галили, който е съглов лекар и началник на Клиниката по венозни заболявания в института "Мор" в Тел Авив, Израел, може да реши проблема с болезнените и неестетични разширени вени само с едно убождане. Лекарят, когото пациентите му наричат бог, е специализирал 2 години в Америка революционния метод за лечение на разширени вени, наречен склеротерапия под ултразвуков контрол (USG - Ultrasound Guided Sclerotherapy). С помощта на свръхмодерен ултразвуков апарат докторът локализира проблема и с много тънка игла инжектира вещество под формата на пяна, което неутрализира болната вена, както и разклоненията ѝ. Инжектирането отнема едва няколко секунди, а цялата процедура - не повече от 2-3 минути, и пациентът може да си тръгне веднага. Болният не се подлага на анестезия и не се хоспитализира. Промените настъпват още с инжектирането, но крайният резултат е видим след 2-3 седмици.

Склеротерапията се практикува в Съединените щати вече повече от 25 години. Самият д-р Галили прилага техниката вече 12 години и има над 25

000 пациенти, на които е помогнал. Изучаването на начина за лечение изисква солидна професионална подготовка и опит в различната диагностика. Израелският лекар има късмета да се обучава на работата с ултразвук няколко години преди да направи специализацията в Щатите.

"Ако не бях имал възможността да се обучавам на работа с ултразвуков апарат и да практикувам 3 години в Израел, трябваше да посветя 7 години, за да специализирам образна диагностика, преди да изучавам тази процедура. Това е една от причините да има толкова малко лекари, практикуващи метода. Склеротерапията под ултразвуков контрол изглежда много лесен метод за лечение, но изисква голяма концентрация и прецизност. Инжектирането на веществото във вената е като да стреляш със снайпер", споделя докторът.

Д-р Галили подчертава, че много негови колеги твърдят, че прилагат метода, но в голяма част от случаите това не е точно: "Те разчитат на това, което виждат очите им, а аз разчитам на това, което "вижда" ултразвукът, защото той "вижда" истинския източник на проблема, който обикновено е във вътрешната

Съветите на проф. Мермерски:

Обърнете внимание на очите и високата кръвна захар, за да спестите много неприятности!



Моите специални препоръки за рецепти от природата:

Йордан Петков Йорданов, Велико Търново: Това е рецепта как да се отървеш от зависимостта на инсулина. Трябва да се промени начина на живот и начина на хранене. Да се премахне месото и да се консумира максимум по 40 грама на ден. Да се ядат много плодове, зеленчуци и сокове от тях, да се яде чесън. Ленено семе по 1 сл. във всяко ядене, по 3-4 скилидки чесън на ядене, подсладителите да се заменят с мед. Да се ядат боб и соя. Да се препече лебза, да се смели и да се пие като кафе - по 2-3 пъти на ден. Това регулира кръвната захар и не позволява бързо да спада и да се вдига. Да се пият поне 2 литра течности като вода и чай от седефче.

Желая Ви здраве и дълголетие!
проф. Мермерски

Моята специална препоръка за продукти от аптеката:

При проблеми с очите:

"Лутеин супер плюс"

Единственият продукт за здравето на очите, съдържащ едновременно лутеин, колаген, черна боровинка, бета каротен, зеаксентин, рутин и още цели 6 супер активни съставки. Редовната му употреба подпомага при множество зрителни нарушения. Подпомага още и за снижаване на риска от катаракта (перде) и възрастова макулна дегенерация. Укрепва очните капиляри и предпазва ретината. Благоприятства за по-бързото възстановяване след очни операции. Стимулира зрителната острота и предпазва от увреждане от UV лъчи, сухота, умора и при работа с компютър.



При висока кръвна захар:

"Канела с хром и цинк"

Съдържа екстракт от канела, хром и цинк. Подпомага за регулирането на кръвната захар в организма. Подходящ за хора с риск от диабет тип II. Благоприятства обмяната на веществата. Активните съставки подпомагат транспортирането на глюкозата (кръвната захар) вътре в клетката, където тя "изгаря" и се превръща в енергия. Допринася за поддържане нормалните стойности на холестерола в кръвта.



Златна промоция от ВИТАГОЛД Живей здравословно и спечели



Събери 3 стикера от опаковките на 3 продукта Vitagold, поръчай свой продукт по избор на **половин цена** и участвай всеки месец за **100 награди - 90 продукта** на Vitagold и **10 награди по 100 лв.!!!**
В края на периода всички участват в играта за **голямата награда - 1 000 лв.!!!**

Периодът на промоцията е от 14.10.2013г. до 14.02.2014г.

Повече информация и условията за участие в играта търсете

в промоционалната брошура на Витаголд (брошурата може да намерите в аптеките и в опаковките на продуктите Витаголд), както и на интернет страницата - www.vitagold.bg



Д-р Мариана Свещникова

ГРИП ИЛИ НАСТИНКА?

● С д-р Мариана Свещникова, общопрактикуващ лекар в XII ДКЦ - София, разговаря Галина Спасова

Д-р Свещникова, зимата е вече на прага, идва ли редовният и спътник - грипът?

- В обичайното за сезона колебливо време има много вирусни инфекции, но грип в чистата му форма все още не е дошъл. В момента има висока заболяемост от ентеровирусни инфекции, които се излъчват с температура, общо неразположение, диария и повръщане. Ако човек е информиран, може сам да направи разлика между грип и т.нар. настинка. Дали е грип или грипозодобна инфекция, аз на първо място разбирам по това кога точно се е разболял пациентът. Човек, който се разболява от грип, знае в колко часа се е разболял. Защото грипът по-

валя изведнъж - с висока температура, втрисане. Много типично за грипа. После идва болка в костите и мускулите, човек се чувства разбит, с главоболие, не му се иска да стане да се нахрани дори. Ако пациентът казва - от няколко дни не ми е добре, започва да ме боли гърло, ту имам, ту нямам температура, - това със сигурност не е грип.

- Едно продължително "влачено" неразположение може ли да отвори вратата и на грипа?

- Точно така става. Когато по различни причини организмът боледува, спаднал е имунитетът, условията за грипните вируси са много благоприятни. А заразяването става изключително лесно. Старите хора казват, че тази болест минава през ключалките, също като варицелата. Факт е, че

можем да се разболеем от грип, примерно като нипаме пари - понеже у нас много обичат да си плънчат ръцете, като броят пари. Много застрашени са хората с астма, с хронични обструктивни болести на белия дроб, прекаралите инфаркти и сърдечни заболявания, диа-

бетиците, децата под две години и възрастните над 65. Има болести, за които е доказано, че могат да се отключат след грип. Тежки усложнения на дихателната система. Има и грипни пневмонии, вирусни и ако се закачи и бактериална инфекция, състоянието става много се-

риозно.

- В кой период болният разнася заразата най-активно?

- В първите 48 часа можеш да заразиш много активно околните, това е и времето, в което можеш успешно да започнеш лечение. Ако болният подозира, че има грип, трябва незабавно да потърси лекар, защото има специфично лечение, като обичайно лекарствата не се продават свободно - и така е правилно. Тъй като е много важна диагноза-та.

- Защо акцентирате на първите 48 часа?

- Говорейки за лечение, ние винаги започваме с профилактиката. На първо място са ваксините, след това има специфично противовирусно лечение и общо имуноукрепващо лечение. Водещо място трябва да има и начинът на жи-

вот, културата да се предпазваме от заболяване и ако се разболеем, да предпазим другите. Има три големи групи антивирусни препарати на нашия пазар. С дългогодишен доказан ефект е ремантадиновият хидрохлорид, който може да се използва и като профилактика, ако се дава 30 дни преди очакваното начало на грипната епидемия. Изписва се от лекар, има отлични качества и може да предпази от тежко боледуване. Разбира се, не можем да гарантираме никога, че никога няма да се разболее от грип, но незаменимото качество на препарата е, че убрежда синтеза на белтъчната мембрана на грипните вируси и им пречи да се размножават. Добре е да направим профилактика на цялото семейство, а ако сме закъснели и ако някой се разболее, трябва да започне веднага активното лечение по схема, назначена от лекар. Другите у дома могат да започнат да пият по една таблетка за 30-дневен профилактичен курс.



ГРИПЪТ ВЕЧЕ НЕ Е ТОЛКОВА СТРАШЕН!



МУЛТИВИТАМИНИ: ЗДРАВЕ, ТОНУС, АНТИСТРЕС

Витамините са отговорни за много функции на организма и задължителни за поддържане на добро здраве и кондиция. Най-добрият естествен източник на енергия с дългосрочен ефект са най-вече пресните плодове и зеленчуци, но в напрегнатото ежедневие често посягаме към држък храна, ядем не само нездравословно, а и вредно. Ето защо е добре да се застраховаме чрез допълнителен прием на витамини, минерали и микроелементи. На съвременен език това постижение на науката и модерната фармация се нарича мултивитамини.

Мултивитамините "A до Z" на германския производител ABO Pharma съдържат препоръчителните по евростандартите дневни дози (RDA) от всеки витамин: А - служи за добро нормално и нощно зрение; С - за усиляване на имунитета; В₁ - за въглехидратния метаболизъм и синтеза на енергия; В₂ - за производство на енергия; В₆ - за изграждането на серотонин и групи невротрансмитери; В₁₂ - за предпазване на гените от увреждане; D₃ - за усвояването на калция, повишаване имунитета и намаляване на риска от рак; Е - срещу риска от сърдечни и неврологични болести; К₁ - за нормално съсирване на кръвта, развита на костите и глюкозна толерантност; фолиевата киселина (витамин В₉) - за намаляване риска от кардиопроbleми и рак; витамин В₅ - за справяне със стреса; В₇ (биотин) - за регулиране на нивото на кръвната захар, като този витамин е задължителен и за синтеза на витамин С; ви-



тамин В₃ - за синтеза на полови хормони, както и на кортизон, инсулин и тироксин.

Освен този здравословен витаминен микс таблетките "A до Z" предлагат и отлична комбинация от минерали и микроелементи: калций, магнезий, хлорид, желязо, калий, манган, молибден, селен, цинк, хром, йод, мед и силиций.

Те са и отлично средство срещу усещането за обща отпаднаост до изтощение след зимните простуди и грипове. Получени са само от естествените вещества, от които се извличат съставните витамини, имат сертификат за прецизно германско/европейско качество. В противовес на много други лансирани на пазара продукти, правени нерядко по съмнителни и дори забранени процедури на изкуствен синтез в някои източни страни, където контролът за качество е занижен.

Проф. Танкова, защо броят на пациентите с диабет непрекъснато нараства?

- Захарният диабет е признат за един от най-значимите здравни проблеми в световен мащаб, придобил размерите на епидемия през последните години. Данните показват, че заболяването обхваща 3-10% от населението в различните държави, като честотата му прогресивно нараства. Понастоящем в света има 366 млн. души със захарен диабет, като се очаква до 2030 г. броят им да достигне 522 млн. На всеки 10 секунди трима души се разболяват от диабет и един умира от захарен диабет. Всяка година 10 милиона души заболяват от диабет, като 78 хил. от тях са деца. Захарният диабет е глобален проблем, който засяга и нашата страна. Понастоящем в България има около 500 хил. души с това заболяване. Около 90% от пациентите страдат от захарен диабет тип 2, като техният брой нараства драматично в световен мащаб. За изявата на заболяването несъмнено е голяма ролята на факторите на околната среда - "западният" начин на живот с прием на калорични готови храни и ограничена физическа активност. Той вече е проблем не само за развитите, но и за развиващите се страни. Ето защо със съвременната глобализация, модернизация, миграция на населението, както и с въвеждането на този начин на живот в редица страни честотата на захарен диабет тип 2 прогресивно се увеличава.

Диабетът засяга всички възрасти, включително и децата и младите хора. По-рано за младите хора бе характерен предимно захарен диабет тип 1, или инсулинозависим диабет, но и сред тях се наблюдава захарен диабет тип 2, като честотата му прогресивно нараства. А причините за това са свързани главно с нездравословния начин на живот - все повече време децата и младите хора прекарват пред компютрите и телевизионните екрани, много рядко спортуват, консумират нездравословни храни, като всичко това води до увеличаване на телесното тегло и затлъстяване.

- Как се разпознава диабетът, какви са първите симптоми?

- Захарен диабет тип

ДИАБЕТЪТ ПРИ МЛАДИТЕ РАСТЕ

- **Причините за това са свързани с нездравословния начин на живот - все повече време, прекарано пред компютрите и телевизионните екрани**



Проф. Цветалина Танкова, гмн, Началник на Клиника по Диабетология в Университетска болница по Ендокринология, Медицински Университет, София

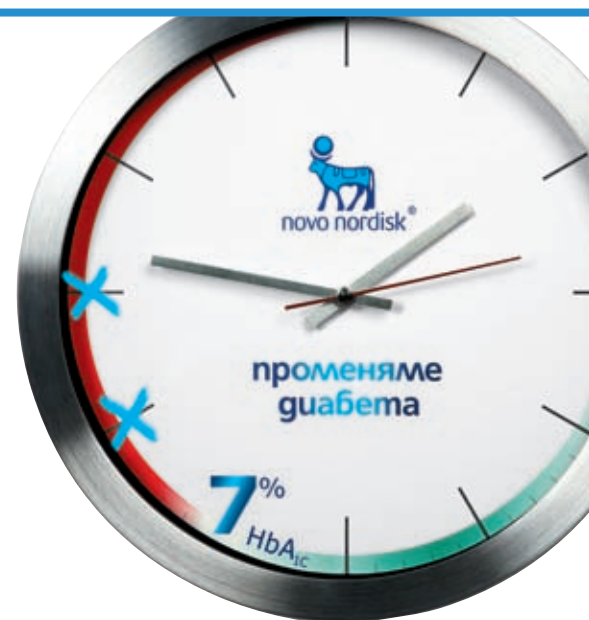
1 обичайно се изявява с характерните признаци за болестта - жажда, често уриниране, включително и нощем, намаляване на телесното тегло, нормален и дори повишен прием на храна, слабост, отпадналост. За разлика от това захарен диабет тип 2, който в 90% от случаите се среща при хора с наднормено тегло и затлъстяване, обичайно се открива случайно при провеждане на изследвания по друг повод, като пациентите нямат никакви оплаквания. Трябва да се има предвид, че близо половината от хората, които са с диабет, не знаят за това. Захарният диабет е коварно заболяване, тъй като в повечето случаи с нищо не подсказва за съществуването си. И така нищо неподозиращ човек може да живее с това заболяване в продължение на години. И когато се установи, може вече да са се развили редица от неговите усложнения, както се случва доста често. Ето защо е изключително важно захарният диабет да се установи навреме. Известно е, че човек обичайно търси медицинска помощ по повод на някакво оплакване. Хората, които са с повишен риск от захарен диабет, трябва периодично да се изследват за евентуално наличие на

заболяването. А кои са тези хора - които имат рискови фактори за диабет: първостепенен или второстепенен родственик с диабет; наднормено телесно тегло или затлъстяване; високо кръвно налягане; отклонения в нивото на липидите в кръвта - холестерол и триглицериди; установен при предишни изследвания преддиабет - повишена кръвна захар на гладно или нарушен глюкозен толеранс; наличие на сърдечносъдово заболяване; жени, родили дете с тегло над 4 кг или с диабет по време на бременност; жени със синдром на поликистозни яйчници. В тези случаи въпреки липсата на оплаквания се препоръчва периодично изследване на кръвната захар на гладно и при необходимост провеждане на обременяване с глюкоза (орален глюкозотолерансен тест). Наши изследвания в Клиниката по диабетология при 2500 лица с наличие на поне един рисков фактор за диабет показва, че всеки втори има някакво отклонение в кръвната си захар (преддиабет или диабет), а 1 на 5 има захарен диабет. Това е изключително висока честота и налага много сериозно отношение към проблема. Необходимо е провеждане на системен скрининг за захарен диабет сред ли-

цата с наличие на рискови фактори с оглед своевременно установяване на захарен диабет. А когато захарният диабет е своевременно открит, когато е контролиран добре, това е гаранция за отлагане или избягване на усложненията на заболяването, които често водят до сериозно инвалидизиране на пациентите.

- Фамилната обремененост е рисков фактор, но клеймо ли е? Какво трябва да правят хората, които знаят за нея, за да се предпазят?

- Да, определено фамилната обремененост, т.е. наличието на първостепенен или второстепенен родственик със захарен диабет е важен рисков фактор за изява на захарен диабет тип 2. Всички хора, които имат близки със захарен диабет - родители, братя, сестри, попадат в категорията на хора с повишен риск за захарен диабет. Ето защо те трябва задължително да провеждат редовно ежегодно изследване на нивото на кръвната си захар. Генетичната предиспозиция за развитие на захарен диабет тип 2 е само едната страна на проблема; от голямо значение за изявата на заболяването на фона на този генетичен терен са факторите на околната среда, най-вече провеждането на нездравословен начин на живот. Със спазване на здравословен хранителен режим и редовна физическа активност, с поддържане на нормално телесно тегло хората с фамилна обремененост за захарен диабет могат значимо да намалят риска за изява на заболяването. Своевременното откриване на захарния диабет е от изключително голямо значение за развитието и прогнозата му. Колкото по-рано се вземат мерки и се нормализира нивото на кръвната захар, толкова по-малък е рискът от развитие на остри и хронични усложнения на заболяването. Захар-



ният диабет е хронично заболяване, което изисква големи разходи за контрол, лечение и усложнения. Установено е, че здравното обслужване на хората с диабет струва поне 2,5 пъти повече от това на връстниците им без диабет. Развитието на едно от усложненията на захарния диабет увеличава многократно разходите за лечение на засегнатия пациент. Понастоящем захарният диабет заема трето място по разходи сред всички заболявания след злокачествените и сърдечносъдовите заболявания.

- Може ли човек с диабет да живее пълноценно и да предотврати дългосрочните усложнения?

- Основен проблем при пациентите с диабет са развиващите се късни усложнения, които могат да доведат до сериозни последици - слепота; хронична бъбречна недостатъчност и хемодиализа; ампутации на крайници; съдови усложнения - исхемична болест на сърцето, миокарден инфаркт, мозъчносъдова болест, мозъчен инсулт. Най-важно за намаляване на риска от късни усложнения на диабета е постигането и поддържането на стойности на кръвната захар, максимално близки до нормалните.

Съвременното лечение на захарен диабет тип 1 се провежда с човешки инсулинови препарати и с инсулинови аналози със съответни инжектиращи устройства, които са напълно достъпни у нас. По отношение на захарен диабет тип 2 лечението се провежда с перорални средства, инжекционни неинсулинови средства и с инсулин. Изключително актуална през последните години е т.нар. инкретин-базирана терапия, която при съобразяване с определени условия и критерии е достъпна и се осигурява на пациентите с

диабет в България. Световните постижения в терапията на захарния диабет се прилагат успешно и при хората с диабет в България. За съжаление и в България, както и в много други страни, по-малко от една трета от хората с диабет поддържат добър контрол на заболяването въпреки провежданата терапия. Важно е обаче да се излезе от насочването на вниманието единствено към стойностите на кръвната захар. Трябва да се прилага комплексен подход, който да включва и контрол на телесното тегло, на кръвното налягане, на отклоненията в нивата на холестерола и триглицеридите, на протромботичното състояние, характерно за диабета, както и да се преустанови млянопушенето. Има достатъчно доказателства, че само така може сериозно да се намали рискът от развитие на инвалидизиращите усложнения на захарния диабет. Основна цел на всички здравни специалисти, които се грижим за хората със захарен диабет, е да направим така, че хората с това заболяване да живеят нормален живот с диабета и въпреки него. Това може да се постигне само когато пациентът е добре обучен и може да се справя сам със заболяването във всекидневното си. Захарният диабет остава с пациента до края на живота му и по никакъв начин той не трябва да се превръща в роб на заболяването си. При поддържане на добър контрол на кръвната захар пациентът може да адаптира лечението към начина си на живот и да изпълнява любимата си професия, дейности, активност, да създава семейство, потомство, т.е. да живее нормално и пълноценно.



CredoWeb

МРЕЖА ЗА ЛЕКАРИ, СТОМАТОЛОЗИ И ПАЦИЕНТИ

13% ОТ БЪЛГАРКИТЕ РАЖДАТ ЗА ПЪРВИ ПЪТ ЧАК СЛЕД 35 Г.



Младите хора между 25 и 30 г. все по-често оставят на загнен план създаването на поколение за сметка на кариерното израстване и осигуряване на добър стандарт на живот, заяви по повод 25 г. от първото инвитро у нас доц. Атанас Щерев, който от години се занимава с проблемите на репродуктивното здраве.

По думите на специалист в началото на 90-те средната възраст

на зачеване и раждане в България е била около 20-21 години, а понастоящем вече е 25-26 г. В София и големите градове средната възраст пък вече доближавала 30 години. Същевременно нараствал и делът на рожилките с първо раждане над 35 години.

"По неофициални данни за последните 10 години той се е повишил 2 пъти - от 6% на 13%. Относителният дял на рожилки над 35 години в Медицински комплекс "Д-р Щерев" за минала

та година е 32% от всички родили", съобщава специалистът.

По думите му тази тенденция води до увеличаване броя на жените с проблеми при забременяването. От друга страна, една такава късна бременност изисквала качествено нов подход в проследяването, за да се гарантира нормално износване и раждане на здраво дете от здрава майка.

По данни на Медицински комплекс "Д-р

Щерев" през миналата година 55% от жените под 30 г., извършили инвитро процедури, са постигнали успех. Увеличението е близо 4 пъти за последните 20 години. За сравнение в периода 1988-1998 г. средната успеваемост при тези жени е била едва 15%. Сериозен успех се наблюдава и при жените над 40 години - от 3% средна успеваемост през 1988-1998 г. тя достига до 25% през 2012 г.

Още по темата четете в CredoWeb.bg.

ОПЕРИРАТ ДЕФОРМАЦИИ НА СТЬПАЛОТО ПО НОВ, БЕЗБОЛЕЗНЕН МЕТОД

Много жени са принудени да живеят с болезнената деформация на стъпалото - най-често на големия пръст, известна като халукс валгус, което е доста неприятно. Операцията по принцип е болезнена и затова пациентите рядко прибегват до нея. С помощта на перкутанната хирургия обаче наметаната е лека и ефективна, без да се налага голям разрез и отваряне на стъпалото, обяснява г-р Ернесто Пинторе, хирург-ортопед от Италия, пред CredoWeb.bg. Методът е въведен от него в болничната практика в родната му. Заедно с колега си г-р Джанфранко Петри той пътува редовно до България по покана на първата мрежа за лекари и пациенти "Медикнет" (www.medicnet.eu). Целта, от една страна, е да се улесни достъпът на български пациенти до чуждестранни клиники и доктори



Д-р Пинторе и г-р Петри

ри, а от друга - да се свържат чуждестранните пациенти с български клиники - стоматологични, естетични, и с балнеоложки комплекси, пояснява инициаторът Евгений Агърска. Тя обаче стига по-далече: кани г-р Пинторе и г-р Петри да оперират в София. Така българските пациенти нямат разходи за престои в чужбина. Като жест към тях италианските специалисти оперират по цени на нашата здравна каса.

Дватама прилагат перкутанната хирургия, която все още не е популярна в Европа. Основното ѝ предимство е, че е много щадяща за пациента. Техниката е подходяща

при всякакви деформации на стъпалото - на кокачетата на големия пръст на стъпалото (халукс валгус), на останалите пръсти и други малки стави. С нашия метод може напълно да се излекуват такива страдания, потвърди г-р Петри. В перкутанната хирургия отворите са едва по няколко милиметра. Методът е по-малко инвазивен, няма болка, възстановяването е по-бързо.

Желанието на двамата специалисти е да предадат опита си на българските ортопеди. Затова г-р Пинторе и г-р Петри ще преподават в обучителен модул за млади специалисти. Курсът се осъществява с подкрепата на "Медикнет" и Българския лекарски съюз. Още за новостите, които италианските специалисти ще предложат за медици и пациенти, четете в CredoWeb.bg.



ДОЦ. ГАЛЕВ: ГРАМ ПРОФИЛАКТИКА СТРУВА КИЛОГРАМ ЛЕЧЕНИЕ

През последните години у нас все повече се засилват настроенятията против ваксините, което се дължи на недобрата информираност в обществото и незачитане на здравните авторитети, коментира за CredoWeb.bg председателят на Българското дружество по превантивна медицина доц. Андрей Галев. Според него основният проблем е, че голяма част от хората се "запознават" с ваксините от различни сай-

тове или по системата "от уста на уста". Едно от последните твърдения например било, че в Япония имунизациите започвали след 4-годишна възраст, което се оказва абсолютно невярно.

Доц. Галев е категоричен, че ваксините не само не са опасни, но благодарение на тях са изчезнали някои сериозни болести като едрата шарка. Това обаче изпраща специалистите пред предизвикателството

да обясняват на пациентите защо трябва да се имунизират, след като заболяването вече не се среща. В отговор експертът припомня, че само преди няколко години у нас бяха установени 24 хиляди случая на морбили, а 24 деца починаха.

Наскоро Световната здравна организация потвърди няколко случая на полиомиелит в Сирия, откъдето ние приемаме бежанци. В България за последен път заболяването е установено през 2000 г., което показва, че нашата имунизационна програма е работеща, коментира доц. Галев. Той обаче предупреждава, че евентуални пропуски отново могат да докарат болестта у нас.

Не на последно място специалистът посочва икономическия ефект от профилактиката и превенцията и цитира великия лекар Н. Пирогов, който казва: "Грама профилактика струва килограм лечение". Това се изтъква и от хората, които формират здравната политика в страната, но за съжаление са необходими още доста усилия в това направление, завършва доц. Галев.

50-ата годишнина на Катедрата по педиатрия и медицинска генетика към Медицинския университет-Варна събра детски специалисти от цялата страна, от университетските и болничните структури, лекари от Варна, всички бивши служители на клиничните структури. За юбилея тържествено отвори врати Детската

ПЕДИАТРИ ОТ ЦЯЛАТА СТРАНА СЕ СЪБРАХА ЗА 50 Г. НА КАТЕДРАТА ВЪВ ВАРНА

клиника по онкохематология, Многопрофилната клиника по детски болести и бяха представени всичките им дейности, структури, постижения в диагностичен и терапевтичен аспект през годините.

Официално бе отк-

рит Център по редки болести в болницата, който стартира с Центъра за комплексно лечение за деца и възрастни с таласемия и хемофилия.

На юбилейната научна конференция изтъкнати онкохематолози,

генетици, кардиолози, ревматолози, ендокринолози, нефролози, пулмолози и гастроентеролози представиха най-значимите постижения в областите си през последните години.

Доц. Валерия Калева,

шеф на катедрата и началник на Специализираната детска клиника по клинична хематология и онкология, се похвали с обновените условия и отбеляза, че в нея вече има условия за провеждане на съвременна високотехнологична хи-

миотерапия. Диагностичните възможности в УМБАЛ "Св. Марина" в някои случаи са уникални за България, имаме възможност за бърза и точна диагностика, каза тя. По думите ѝ специалистите в клиниката имат сериозен професионален опит и резултатите са съпоставими с тези във водещите европейски центрове.



ПАЦИЕНТЪТ НЕ Е КЛИНИЧНА ПЪТЕКА

● С д-р Александър Заумов
разговаря Микаела Въжарова

носят на свой гръб тези 2 милиона. И самата гържава е закононарушител, най-големият. При 60 лв. средно на месец, внасяни от активно осигуряващите се граждани и коректни фирми, гържавата внася 20 лв. за групите, които трябва да осигурява - гържавни служители, военни, полиция, съдии, деца, пенсионери. Дори от НЗОК възроптаха: не може един работник, който получава 400 лв. заплатата, сам да си плаща осигуровките, а висши чиновници с по 1000 лв. и повече заплатата да чакат това от гържавата, която пък решава да плаща само нещо, не 8%, а примерно 4%.

- Така или иначе в здравеопазването влизат немалко пари. Според експерти, вкл. от Световната банка, в сектора се разпределят около 8% от брутния вътрешен продукт - половината от парите са публични средства, другата половина - частни, което на фона на всичко друго хич не е малко.

- Три милиарда, разпределяни от НЗОК и гържавата, и още толкова, които дават пациентите - принудени от правилата, спуснати на системата, и защото няма друго спасение. Куп неща, по-едри и по-дребни, пациентът трябва да си купува, защото на болниците пари за тях не се дават. В тези пациентски пари са незаплатените от касата скъпоструващи консумати-

ви, иновативни онколекарства, какво ли не още, страховитите като публичен вопъл SMS кампании за спасяване на детски живот. Пак казвам, има системна грешка и отказ на онези, чиято задача и способност е да сложат край на абсурдите, да направят това. Много точно го формулира тези дни един колега: проблемът е, че не се прави здравна политика, а се прави политика в здравеопазването. При това не особено качествено. Няма ляво, няма дясно, център, по център, навсякъде е едно.

- Започнахте с това, че здравното осигуряване е неработещо...

- Другото са постоянни въвеждания лимити, прогнозни бюджети и други евфемизми, прикриващи като със смокиново листо факта, че от години има стремеж финансирането на болниците да се върне към старата система "Семашко", при която парите се разпределяха по волята на Негово Величество у нас - чиновника. Това унищожава пазара на здравни услуги, ликвидира конкуренцията и нарушава основния принцип на системата - парите следват пациента. В здравната система трябва да се сложи край на дозирането и лимитирането на всичко без елементарна логика, без обективна и проследима статистика и коректни регистри, без нормален контрол. На пациен-

тите не може да се гледа като на клинична пътека, болниците не могат да бъдат третираны като гара разпределителна за болни, чиито брой и състояние също са чиновническо решение. Ако парите реално вървят след пациента, ако пациентът може сам да избира лечебно заведение сред равностойно поставени и състезаващи се болници, ако законът осигурява възможност гражданите сами да избират как и къде да плащат за здравето си измеду няколко или дузина каси, фондове, които също се състезават пазарно помежду си, ако гържавата си влезе в единствената правилна и необходима роля - да регламентира и контролира функционирането на състезаващите се лечебни заведения и осигурителни структури, всичко ще си дойде бързо на мястото. Съсловие не може да продължава да работи и в условията на постоянна секретност, непрозрачност и липса на комуникация - не можем да се доберем до коректна елементарна информация: брой на осигурени и неосигурени, кой колко плаща, за какво колко пари се дават, защо цените на някои лекарства са толкова високи, защо цената на други в реимбурсния списък е по-висока от цената в свободна продажба. Защо е и това постоянно отлагане на електронното здравеопазване? Едва ли е само поради

липса на пари и експертни възможности. По-скоро е желание за непрозрачност. То може да спести много средства и време и на пациентите, и на лекарите, ще освети финансовите потоци в системата. Няма какво все ние да откриваме топлата вода. В Европа има достатъчно добре работещи здравни системи, защо просто не вземем най-добрата? Например холандската. Частни здравноосигурителни фондове, само частни болници, конкуриращи се за избора на пациентите, и гържава, която не се бърка, а само следи правилата да бъдат спазвани. Най-добрият контрол реализира пациентът на базата на качеството, което му се предлага в пазарни условия.

- Ще има ли съсловие то силите да отвоюва работеща здравна система, не сте ли вече много уморени, обезвредени?

- Съсловие не няма да успее само, ако зад него не са пациентите, гражданското общество. Всъщност състоянието на системата е решаващо най-вече за пациентите. Лекарите какво? Заминават там, където получават значително по-големи възнаграждения и далеч по-важното - където получават съвсем различно отношение и място в обществото.

- След дълго, дори озачаващо дълго мъчание много лекари - най-тежките авторитети, днес отново са обществено силно активни и в голяма степен говорят в един глас. Защо се получи?

- Явно кризата е толкова сериозна, че успява да обедини хора с различни позиции, интереси и различно мислене. Факт, колеги от всякакъв ранг, заемали години дори полюсно различни позиции, сега говорят като един. Защото това е гържавата, в която живеем. Една е средата, в която работим - на постоянния конфликт между желанието да помогнем на пациентите и невъзможността да го направим качествено. Другият отговор са въпроси: защо протестират младите, студентите, кои са въпросите, които те задават? Съвсем простички са: кой?, защо?..

Защо се оказаме, докторе, пак в тази абсурдна пиеса - лекарите са пред стачка, доставчици блокират болнични сметки, спират хемодиализи, зареждане с лекарства и консумативи?

- Преди седмица няколко от най-големите болници в България - в София, Пловдив, Варна, излязохме на предупредителен протест. Точно срещу абсурда, срещу поредната криза в сектора. Здравеопазването е в кома, ако не се вземат спешни мерки, утре ще го погребем. Какво значи "лекарите ще си получат заплатите" и затова да бъдат смирили? Няма бунтове, имало спор... При положение че болниците ни се оказват блокирани, че не можем да приемаме болни, да лекуваме, да оперираме - как да го правим без упойки, лекарства, консумативи, със спряна, пък било то и високотехнологична апаратура, без отопление, - какво значение има, че ще дадат заплати? А дали ще има пари изобщо? Кой с кого и за какво може изобщо да спори в случая? Вчерашна криза, днес пак криза, миналата година по същото време - пожар, утре пак пожар. Едно и също повече от десетилетие. Гасим тук, къпим там и става все по-зле. За пациентите най-вече, за болниците, за всеки лекар, без значение къде е - в София, в Девиц, в болничната или доболничната помощ, в интензивното на "Пирогов", в "Токуда" или в някогашното фелдшерско кабинетче на днешното жилище в Грамада, Шабла, Нови хан. Има няколко фундаментални пробле-

Д-р Александър Заумов е уролог, андролог, хирург, преподавател в университетска болница "Александър Невски" - София. Заместник-председател е на Столичната колегия на Българския лекарски съюз.

ма. Първият е компрометираната солидарна здравноосигурителна система. 2 млн. българи не се осигуряват здравно - един не може, друг не иска, трети не разбрал или е просто тарикат, друг защото е майка (баща) на това или онова "русо ангелче", забравено неволно отвъд границата в чужда махала. И всички тези неплащащи биват насърчавани от социални, осигурителни, данъчни, контролни и прочее системи. Чрез безделие, безхаберие, безсилие, липса на закони. А милион и нещо работещи и стриктно плащащи българи "солидарно"



„ПОБЕДИХ НЕЛЕЧИМ ТУМОР!“

**За консултации
на живо
с д-р Христов:
тел. 02/ 952 51 99,
София,
ул. „Лайош Кошут“
№ 24
до Руски паметник**



Методитаката, по която работим, е синтезирана от руска и германска. Това е най-добро-то, което се предлага в България, когато става дума за бързо възстановяване на имунитета при онкологично болни. Консултациите ни търсят от Италия, ЮАР, Гърция, САЩ и много други страни. Резултатите ни ще видите на сайта www.mikoterapia.bg.
Прилага се при всяка фаза и всеки вид рак.



**За консултация
по телефона
и на живо
с д-р Дончев:
тел. 0878 93 12 52
София,
ул. „Родопи“ 68
до Сточна гара**



Георги Гаров, бивш преподавател и автоинструктор от гр. Пловдив, тел.: 0884 71 65 70

Виж тук: www.mikoterapia.bg

"На първи март 2013 г. се събуждам и всичко е точно! Здрав съм, прав съм. Ставам и отивам на работа. Занимавам се с ремонт на автомобили. Влизам в гаража и следобед започва да изтръпва левият ми крак. Казвам си: "Сигурно нещо дископатия имам". След три-четири дена започва да се усилва това изтръпване, качва се нагоре вече към тялото. Започва да изтръпва от глезена нагоре. И след три-четири дена започва много да ми се схваща крака. Мисля, че е дископатия и отивам на един лекар, който и друг път ми е лекувал дископатия. Той като започна с една игличка така, по крака... Казва: "Гошко, не си за мен, моето момче. Отивай на невролог." Отидох в болницата, във втора поликлиника да търся невролог... Направих две снимки на ядрено-магнитен резонанс и ги нося на един лекар, който ми препоръчаха. Той гледа половин час дискетата и казва: "Такова чудо е много рядко нещо - тумор на гръбначния мозък." Аз се шашнах. Тумор на гръбначния мозък. Интрамедуларен тумор на гръбначния мозък. И докторът, тъй като негов приятел, който е мой приятел, ме праща при него, ми каза: "Извинявай, че ти го казвам това

нещо, обаче работата е страшна." А той е неврохирург - един от най-добрите тука, в Пловдив. Питам: "Докторе, а лечение?" Казва: "Няма лечение. Ако искаш отиди в София, попитай някой друг лекар, да се уточнят нещата." Аз на другия ден от там хващам един приятел с кола, кара ме във Военно-медицинска академия в София. Отивам горе, при началника на неврохирургията. Доцентът излезе от операция, прие ме веднага. И той един час гледа дискетата. И ми каза: "Момче, такова чудо! Това е много рядко нещо." Казвам: "Докторе, рядко, нередко - аз си отивам, осакатявам целия, не мога да се движа. Взимай, нещо прави!" "Нищо - вика, - не мога да направя, защото ако барна там - край, изцяло се парализираш." Питам: "Ами, тогава какво да правим?" "Нищо - казва, - не мога да ти кажа. Опитай нещо друго." Това, което тук ми каза лекарят в Пловдив, същото ми каза и оня човек - само ми се извиниха, че ми казват тези неща. И идвам тука, къщи. До вечерта започва и дру-

гият крак да ми се парализира. Това вече става горедолу две-три седмици от първия случай. И намерих един безплатен вестник. И гледам - имаше два-три случая описани. И си казвам: "Какво да правя - това ще е." Набирам номер, търся, обажда се доктор. С две думи му обясних в какво състояние съм, вече не мога да вървя. Разпита ме подробно и ми обясни за тези препарати. Каза ми всичко - колко струват, как се приемат... Даже аз съм записал на два-три листа. Каза: "Пиши всичко." Той като ми обяснява за тези гъби и тези препарати аз си викам на акъла: "Те, лекарите нищо не направиха, сега на тези гъби... Ама, няма как - почвам и ги пия! Само заради децата и заради внуците!" И същата вечер вече се парализирам. И казах на моите деца: "Търсете тука някъде квартира. Не искам да ме гледат внуците как умирам." Викнах сина ми. Казах му: "Карай ме някъде там." Той беше намерил тази квартира. Кара ме в квартирата, лягам тука, ей на това легло. През деня,

след обяд, след като говорихме с доктора, взех препаратите - "Имюн Модулятор", гъбите. И започвам да ги пия, обаче се парализирах вече и 40 дена ей тука от това легло не мога да мръдна. Обаче пия гъбите. Не можех да си мръдна 1 милиметър големия пръст на левия или на десния крак. Нищо! Не знаех къде са ми краката. Трябва да погледна къде са ми краката, за да видя в какво състояние са - ужас! От гърдите надолу... Добре че тука тоалетната е близо, та ме носеха дотам и... Ужас, ад, ад! Това беше за мен един ад! За мен вече животът не е същия. Както и да е. След 40 дена, откакто ги пия тези препарати... Една сутрин се събуждам и гледам - а, мога да си мръдам палците на краката! Казвам си: "Нещо става..." Дойдоха едни приятели следобед - тези, които ме караха по София. Викам: "Почнах да си мръдам пръстите на краката." Те се зарадваха толкова много! Четиридесет дена тука умирах! Бях решил по едно време да се самоубиям. След една-две седмици започнах ве-

че да си чувствам леко краката и от гърдите надолу започнах като се щипя, така... То и сега още ми е изтръпнало, и то доста, обаче пак чувствам вече. След още две-три седмици, може би месец, започнах да се изправям на крака. Даже един път ми идват приятелите на гости, жена ми идва и аз ставам. И децата се зарадваха толкова! На четвъртия месец пак се свързах с фирмата - исках просто да им благодаря. Това е едно страховотно заболяване на централната нервна система. Страховотно заболяване! Ад! Направо ад! И може би моите близки се бяха приготвили да си отивам - като видяха за какво става въпрос. И сега всеки един ме пита: "Бе, тате, ти от тези гъби какво става?" И са разказали тука на хората. Всеки ме пита. Ама, то, с две думи не може да се отговори на човек. Трябва така, по-продължително да се говори, да се беседа по този въпрос. Защото много от хората не знаят за какво става дума. Никога не съм вярвал, че това нещо може да ми помогне. Макар че с голяма вяра ги пиех и викам, бе 40 дена минаха и нищо. След 40-тия ден започна раздвижването. Иначе аз бях станал слаб - 50% от мускулната маса я изгубих. Някъде от 95 на 60 килограма. Бях станал кожа и кости. Първите дни нямашах апетит. Като почнах да пия препаратите и започнах да имам желание да ям, да се храня. И всеки ме пита, даже мои познати лекари: "Храниш ли се?" Казвам: "Храним се." Плюс това, всеки лекар ме пита: "Изпускаш ли се по голяма и малка

неужда?" "Няма такова нещо" - казвам. Пия ги тези препарати. Много интересно защо ме питат. Нито химиотерапия, нито лъчева терапия съм правил, нито съм регистриран. Раздвижването беше много трудно. Може би два месеца. Сега вече някой път сутрин като тръгна да излизам забравям бастуна. Толкова се радвам за това нещо! Вече като ги пия ми дават сила и на мускулите. Не знам какво става. Просто като се стегна... Преди - не, нищо не можех да направя. Абсолютно нищо! Само ме тормози това, че според препоръката на лекаря не трябва да ям месо. Не съм ял грам месо за това време. Ето - Пауд`арко, хрущял от акула, сребърна вода - задължително приемам. Тинктура Гравиола, гъби Кордицепс, Шиитаке, Мейтаке, Имюн Модулятор, който изглежда много допринася за излекуването ми. Селен, клева тинктура. Всичко е за усиление на имунната система. И чай - "Есиак" се казва. Плюс витамин С. Това ме спаси мене - тези неща ме спасиха. Сега мога да ви демонстрирам как ходя. Хората няма да повярват. Те не знаят какво чудо е било, какъв ад е бил - 40 дена пълна парализа. Щом забравих вече и бастуна..."

Г-н Гаров разказа своята история на 20 септември 2013г. До 07 ноември 2013 година почти всеки ден, до обяд, той прави разходки по около 3 километра. Ако изключим леката тежест, която усеща в краката под коленете, той твърди, че се чувства отлично.

„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. Две години по-късно открихме много разсейки в черния дроб с размер около 4 мм. Тогава по препоръка на д-р Милен Христов започна да приема възможно най-



пълната схема от лекарствени гъби. Направените наскоро изследвания с рентгенов апарат, ехограф, скенер, гастро- и ректоскопия не показват наличие на никакви разсейки в черния дроб.

Виж тук: mikoterapia.bg

ЗА КОНСУЛТАЦИЯ И ЗАКУПУВАНЕ НА ПРОДУКТИТЕ

● **гр. СОФИЯ**
Магазин - 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)

● **гр. СОФИЯ**
ул. Родопи № 68-70
(до Сточна гара), вход вдясно, ет. 2
д-р Пламен Дончев
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
(от понеделник до петък от 9 до 13 часа)
● **гр. СТАРА ЗАГОРА**
ул. "Цар Калоян" № 30,
д-р Веселин Кънев
GSM: 0878 780 491
● **гр. ВАРНА**
ул. Христо Попович № 15
(до сладкарница "Маргарита"),

Свилен Лапачков, тел.: 052/ 65 13 65
и GSM: 0878 10 54 76
● **гр. БУРГАС**
ул. Трайко Китанчев № 23,
тел.: 056/ 82 11 70 и GSM: 0878 950 397
д-р Цветан Балкански,
GSM: 0878 800 044
● **гр. КЮСТЕНДИЛ**
д-р Василка Захаријева,
тел.: 078 52 32 39 и GSM: 0889 32 67 58
● **гр. ПЛЕВЕН**
д-р Иванова,
GSM: 0886 07 50 24

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

АЛЕРГИИТЕ ОТСТЪПВАТ ПРЕД ИМУНОТЕРАПИЯТА

Д-р Стаевска, защо алергичните състояния се увеличават драстично?

- Защото напредва цивилизацията, която носи много плюсове, но и много минуси. Западният начин на живот е свързан с алергиите, в развиващите се държави те не са голям проблем.

- Добре, но какво точно от цивилизацията ни прави алергични?

- Факторите са много и са комплексни. От една страна, стерилният начин на живот. През цялото си хилядолетно развитие човечеството е живяло основно на открито, в много тесен контакт с животните, с пръстта, с растенията. Това вече не е така. Животът в бетон и на асфалт ни лишава от контакта с естествената микрофлора. А нормалните бактерии са много важни за обучаването на нашата имунна система. Неслучайно напоследък

● С д-р Мария Стаевска, гл. асистент в университетската клиника по алергология в Александровска болница, разговаря Камен Здравков



Д-р Мария Стаевска

толкова се говори за пробиотиците, за полезните бактерии. Ако един организъм не се е срещнал с естествените микроорганизми, имунитетът страда. Други фактори са все по-малкото излагане на естествената слънчева светлина и липсата на витамин D.

- Храненето има ли отношение?

- Разбира се, днес приемаме много концентрирани храни, без дос-

татъчно фибри. Задоволяването на глада чрез т.нар. fast food е сред основните причини за тухите възпалителни процеси в организма, за диабет и атеросклероза. Тези възпаления имат отнoшение и към имунитета и алергиите.

- Какво се случва в организма при алергия?

- Преди всичко имаме един генетично предразположен индивид. Този фактор го има и преди 200 години, но тогава средата на живот сред естествените природни фактори не е позволявала това предразположение да се изяви клинично. Докато днес генетично предразположените хора, когато контактуват с алергени от околната среда, което иначе са съвсем нормални, започват да отключват алергичен отговор към тях.

- Кои са най-честите алергични изяви днес?

- Така наречените atopични болести - atopичен дерматит, алергичен ринит (тук се включва и сенната хрема) и бронхиална астма. Най-често през детството се проявява една кожна екзема, след това се получават пристъпи от астма и в юношеското се проявява сенната хрема.

- Защо дълго време алергиите се лекуваха само симптоматично?

- Не сте съвсем прав, защото първото лечение на алергиите всъщност е имуноterapia, още преди 100 години. Но тогава тя не е била съвършена, имало е опасност от тежки алергични реакции. След това се откриват антихистамините и назалните кортикостероиди и иму-

ноterapia се оказва изместена. Но хората имат по-големи изисквания, искат да се излекуват, а не просто да потиснат симптомите си.

- Какво представлява днешната имуноterapia?

- Това е метод, чрез който организмът се подлага на постепенен и контролиран контакт с алергените, към които конкретният пациент е алергичен. Приемат се най-често капки или таблетки, при които няма опасност от анафилактична реакция. Препаратът се разтваря под езика за няколко минути, където контактува с имунните клетки в лигавицата. Постепенно имунната система привиква, че в дадения алерген няма нищо страшно, и когато се срещне с него от

околната среда, я няма тази бурна реакция, водеща до сърбежи, зачервяване, обриви, оток, запушване на носа и т.н.

- Колко време се провежда тази терапия?

- Оптималният курс е 3-4 години, а ефектът се задържа 7-8 години. След това може да се направи нещо като реваксинация, но при много пациенти още след първия пълен курс се постига окончателно излекуване.

- За всички видове алергии ли има имуноterapia?

- Тя е много ефективна при респираторна алергия - астма и сенна хрема, причинени основно от полени и от микрорълежи. Също така при алергия към оси и пчели, кучета, котки. По отношение на храните все още няма имуноterapia. Правят се опити, но към момента единственото лечение е избягване на съответната храна.

- Кой трябва да предприеме имуноterapia?

- Алерголог, при това след точно проведено тестване. Това лечение може да се прилага от детска възраст, обикновено над 5 г., до хора над 50-60 години.



Хранителна добавка

Lacto4VIP

Пробиотик Капсули X 15

- Lactobacillus acidophilus
- Lactobacillus rhamnosus
- Lactobacillus bulgaricus
- Streptococcus thermophilus

Четворна сила



Живи лактобацили
Съхранява се в хладилник



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

ESO PHARM

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

ЗА ДА ИЗЛЕЗЕМ С УСМИВКА ОТ „00“

Ле Диечи Ербе
100 таблетки

- Меко слабително действие
- Оригинална рецепта от десет билки
- Без колики и болки
- Предотвратява подуването и образуването на газове
- 100% гарантиран ефект
- Удобен за приемане и дозиране (таблетки)
- Напълно безвреден
- Подходящ за продължителна употреба



Търсете
В аптеките

Клинично тестван
с доказан ефект

Производител: ESI s.p.a. Италия
Исклучителен представител за България
Лим Фарм ЕООД
Тел. 02 943 11 38, GSM 0888 222 343,
www.limpharm.com

Определени храни са вредни и редовната им употреба може да повлияе отрицателно на организма по един или друг начин. Когато става дума за здравето на детето ни, трябва да сме особено внимателни.

Ето кои храни трябва да се избягват, независимо че повечето от тях са любими на малчуганите.

Сладки купешки напитки

Много от газирани сладки напитки и "натурални" сокове са победители в съдържанието на празни калории. В тях не се съдържат фибри, протеини или здравословни мазнини. Те са съставени предимно от много захар, от която най-често детето ви няма нужда.

Вместо купени напитки пригответе нещо за детето си у дома - например пресен плодов сок, компот с малко захар, изстуден и подсладен чай, домашен сируп.

Салам

Детето трябва да консумира месо, но под "месо" определено не бива да се разбират салами и колбаси.

ТОП 10 НА ХРАНИТЕ, ВРЕДНИ ЗА ДЕЦАТА НИ

Те са пълни с мазнини, аромати и оцветители, а сред тях съдържанието на месо е трудно откриваемо. Детето ви има нужда от белтъчините в месото, които не присъстват в саламите. Заменете тежките колбаси с чисто месо, домашно смляна кайма, риба.

Енергийни напитки

Неслучайно на децата не бива да се позволява консумацията на кафе. Сега си представете, че енергийните напитки са много по-силни и агресивни към организма, особено детския. Те съдържат повисоки нива на кофеин и други стимуланти, които прекомерно натоварват сърцето. Богати са и на всякакви аромати и оцветители, захари. Опитайте да ги замените с други тонизиращи напитки - ароматен чай, мляко с какао, пресен натурален сок.

Пържени картофи

Пържената храна съдържа много излишни вредни мазнини и влияе отрицателно на стомаха. Редовната ѝ употреба, освен че ни кара да напълняваме, е причина за редица стомашни болести като гастрит, язва, рефлукс, колити и др. Вместо пържени предложете на детето си варени картофи със зехтин или масло, картофена салата, запечени картофи.

Кроасани и вафли

Ясно е, че всяко дете обича сладките изкушения. Не можем, а и не е редно да лишим малчуганите от тях, защото те дават на организма бърза енергия, от която децата имат нужда и веднага изразходват. Вафлите и кроасаните обаче не бива да се консумират в неограничени количества, особено сутрин.

Първото хранене за деня трябва да е наситено с фибри, витамини, протеини, които да засищат трайно. Заменете нездравословната закуска с овесени ядки, филийка с кашкавал или сирене, яйце, парче пуешка или пилешка шунка.

Банички сутрин

Баничките са прекрасни и много вкусно хапване, но само ако сте ги приготвили сами вкъщи. Тогава те съдържат много полезни за всяко дете яйца, сирене, кисело мляко. Купешките закуски обаче се състоят предимно от тесто, пълно с много консерванти, и мазнина.

Детски "зърнени" закуски

Многобройните видове детски зърнени закуски далеч не са така полезни,

както се твърди в рекламите. Те най-често са с високо съдържание на захари и въглехидрати. В тях наистина може да има калций, протеини и витамини, но те са изкуствено добавени. Вместо корнфлейкс и други подобни захаросани продукти изберете овесена каша, която сами подсладете с мед. Можете да пригответе чудесна закуска и от овесени трици, киноа, елда, макарони и др.

Фаст фууд

Хамбургерите също не са препоръчителни за децата. Месото в тях е замразено, твърде мазно и често е със съмнителен произход. В сандвичите понякога наистина се слага някакъв вид салата - зелена или домати и краставици, но тя е незабележима на фона на другите вредни съставки. Те обикновено се подпират с майонеза, която е пълна с мазнини. Вместо да купу-

вате хамбургер, изберете хубав пресен хляб, чисто месо или риба, различни салати, топено сирене.

Желирани бонбони

Те съдържат предимно захари, аромати или оцветители. С тях детето не приема никакви полезни вещества. Заменете ги с плодове, сушени плодове (не захаросани), домашен конфитюр или компот.

Чипс и купешки крекери и солени

Тези продукти съдържат прекомерно количество мазнини и най-вече - сол. Тъй като повишава срока на годност и издръжливостта на продукта, производителите смело си служат с нея. Всички солени крекери и чипсове, дори и да са "пълнозърнести" или "многозърнести", не са препоръчителни за детето. Пригответе му домашни солени. Така ще сте уверени, че са направени с истински продукти, а не с мляко и сирене на прах, и че не съдържат много сол.

Източник: Purvite7.bg

НАТУРАЛЕН МОРСКИ МАГНЕЗИЙ



100 % НАТУРАЛЕН
С НАЙ-ВИСОКИ ДНЕВНИ ДОЗИ НА УСВОИМ МАГНЕЗИЙ
ОСОБЕНО ПОДХОДЯЩ ПРИ:

- мускулни крампи
- контракции по време на бременност
- подобрява работата на сърцето
- физически и психически натоварвания - стрес, умора
- продуктът е в растителни капсули и е подходящ за вегетарианци

Произведено от Мариант Ирландия за Хербамедика ЕООД
тел.: 02/818 48 70, www.herbamedicabg.com

Търсете в аптеките от Хербамедика

18+



up
Ultimate Performance™

Сексуален стимулант
съдържащ екстракт
от Horny Goat Weed,
(Раззнен козел)
30 таблетки

Подходящ за мъже и за жени

Произведено от стандартизирани екстракти на SABINSA CORPORATION, за
Хербамедика ЕООД, тел.: 02/818 48 70, www.herbamedicabg.com

хранителна добавка

ФрутиЛакс®

Лаксативен сироп
с екстракт
от стокиня и слива

Подходящ
за бременни и деца

теж лаксативен ефект

възстановяване
на физиологичния ритъм



ЕСOPHARM

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



Доц. г-р Димитър ПОПОВ

В началото на ХХІ век американски учени предизвикаха истинско цунами в областта на диететиката, въвеждайки ново понятие за оценка на храните с твърде витиеватото наименование *чиста продукция на вътрешна киселина (NEAP)*, което доби гражданственост като *киселинно натоварване на организма*. Основната теза на учените е, че човешкият организъм е съставен главно от вода и храната, която приемаме, влияе на състоянието на тази среда и в частност на основното равновесие в нея - това между водородните и хидроксидните йони. За характеризиране на състоянието на това равновесие в началото на миналия век датският биохимик Сьорен Сьоренсен предлага (апропо - в лабораторията на пивоварната "Карлсберг") величината рН. Според американските учени определени храни водят до изместване на това равновесие към киселата посока (под рН 7), а други - към алкалната (над рН 7).

Какви са последиците от изместването на киселинно-алкалното равновесие в човешкия организъм?

Известно е, че всички водни среди в организма имат слабоалкална реакция. В слабоалкална среда работят и огромната част от ензимите, управляващи хилядите биохимични процеси, които без прекъсване протичат в човешкото тяло. Съществува обобщено мнение, че у 80% от хората е налице критично или тревожно окисляване на организма (ацидоза), което отклонява редица патологии - главоболие, обща слабост и умореност, депресивност и тревожност, безсъние, чувствителни венци и зъби, свръхподатливост към инфекции, болки в мускулите и ставите, крампи, влошено храносмилане, камъни в бъбреците, жлъчката и черния дроб, атеросклероза, хипертония, диабет тип 2 и развитие на онкологични заболявания. Повишената киселинност на организма води до лошо снабдяване на клетките с кислород, което създава идеални условия за развитие на туморните клетки. За това фундаментално откритие, което даде обяснение за епидемичното разпространение на онкологичните заболявания през последните десетилетия, немският биохимик Ото Варбург беше удостоен с Нобелова награда. В своята еволюция в

ВЕЛИЧИНАТА рН ИЗМЕСТИ КАЛОРИИТЕ

продължение на милиони години човешкият организъм е развил ензимните си системи и цялостната си организация, разчитайки основно на алкални храни - плодове, зеленчуци, кореноплодни и съвсем малко на кисели - месо и месни продукти, риба и яйца. В онези далечни времена киселинното натоварване на праисторическия човек е съставлявало минус 78. Картината се влошава, когато човекът започва да се занимава със земеделие и скотовъдство, в резултат на което на трапезата му се появяват много храни, способстващи за окисляване на организма - месо, мляко и млечни продукти, животински мазнини и т.н.

Истинските проблеми настъпват през последните десетилетия и те са свързани с радикалните промени в хранителния режим на съвременния човек.

В наши дни той основно разчита на промишлено произведени храни, в които са добавени невероятен брой чужди на естествения метаболизъм съставки (консерванти, антиоксиданти, синтетични подсладители, оцветители, стабилизатори, емулгатори, модификатори на вкуса и т.н.). По безспорен начин е установено, че тези храни водят до сериозно окисляване на организма. В същата посока действа и невероятно разпространението на фаст фууда, на издელიята, съдържащи хидрогенирани мазнини, както и на газирани напитки. Според много специалисти изключително сериозен "принос" за развитието на аци-

дозата имат и емоциите. Състоянията, в които в наши дни човекът най-често се намира (стрес, безпокойство, страх, гняв, злоба, завист и др.), способстват за сериозно окисляване на неговия организъм. В резултат киселинното натоварване на съвременния човек достига критичната стойност от +48! Според американския биохимик и микробиолог д-р Робърт Йънг в наши дни не би следвало да се говори за отделни заболявания, а за едно-единствено - ацидоза.

В хода на своята еволюция човешкият организъм е развил ефективни механизми за защита срещу алкалозата (повишената алкалност), но той не разполага с такива, с които да се противопостави на ацидозата. Стоитината години, в които човекът доброволно се е

подложил на убийствения натиск на окисляващите храни и напитки, са невероятно кратък срок за еволюционни промени.

Основният приоритет, заложен от Твореца в човешкия организъм, е оцеляването - на всяка цена, с всички средства. Ръководен от този приоритет, той "решава" и проблема с ацидозата. В отговор на агресивното нарастване на киселинността човешкият организъм противопоставя единственото ефективно средство, с което разполага - алкалните елементи (калий, натрий, магнезий, калций, желязо), изтегляйки ги от местата на тяхното функциониране - кости, зъби, кожа, ензими, телесни течности и т.н. С това обаче поставя под сериозна угроза редица свои органи и системи. Например намаляване-

то на нивото на калция в организма води до остеопороза, кариеси, влошаване на състоянието на кожата, косите и ноктите, а това на калия и натрия - до смущения във функциите на сърцето и бъбреците. Понижението на количеството на магнезия има почти катастрофални последици, тъй като този елемент способства за усвояването на калция и други важни минерали (цинк, мед, силиций). Това води до смущения в доставянето на енергия в живите клетки, в биосинтеза на белтъчини и т.н.

Счита се, че за нормалното функциониране на човешкия организъм в ежедневното меню алкалните храни трябва да съставляват 60-70% (според някои учени дори 80%), а киселите - 30-40%.

gpopov_bg@yahoo.com

Високоалкални храни: суров спанак, чесън, магданоз, брюкселско зеле, карфиол, зеленчукови сокове, дини, пъпеш, лимони, ананас, фурми, сушени смокини, билкови чайове, стевия, морска сол и др.

Средноалкални храни: марули, зелен фасул, моркови, тиквички, чушки, пресни картофи, ябълки, круши, кайсии, праскови, тикви, грозде, касис, горски плодове, банани, авокадо, бадеми, лешници, зелен чай и др.

Слабоалкални храни: грах, царевича, картофи, зеле, лук, домати, краставици, гъби, ягоди, череша, кестени, малини, портокали, маслини, зехтин, тофу, козе мляко и козе сирене, пчелен мед, жълтък и др.

Силнокисели храни: пържени храни,

туршии, сладкиши, свинско и телешко месо, рибни консерви, скариди, деликатесни сирена, фъстъци, орехи, бира, синтетични подсладители, оцет, черен чай, йодирана сол и др.

Среднокисели храни: бял ориз, бял хляб, макаронени изделия, риба, агнешко, пилешко, пуешко, яйца, краве сирене, вино и газирани напитки, млечен шоколад, компоти, конфитюри, кафява захар, горчица, майонеза и др.

Слабокисели храни: бял фасул, готвен спанак, пълнозърнест и ръжен хляб, овесени ядки, черен дроб и карантия, миди, сливи, гренки, кисело мляко, сметана, масло, сладолед, слънчогледово и царевично масло, маргарин, сливи, бяла захар и др.

Chondrosave®

Хондросейв - с грижа за всяка става!

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

Тина БОГОМИЛОВА

С трелките на часовника се гонят, огледалото няма фотошоп, а бръчките стават все по-видими и по-дълбоки.

Хиалуроновата киселина е вълшебен подмладител - естествен овлажнител в тялото ни, който задържа огромно количество влага. На млади години е в изобилие, но с времето постепенно изчезва. Изчислено е, че всеки има около 15 грама хиалуронова киселина в организма си, една трета от които се губи и се заменя всеки ден. Повече от половината се намира в кожата, но я има още в клапите на сърцето, стъкловидното тяло на окото, ставния хрущял и някои тъкани. Името ѝ идва от гръцкото *хиалос*, което означава *стъклен*, тъй като е изолирана от телешки очи през 30-те години на миналия век.

Естественото съдържание на хиалуроновата киселина в организма зависи не само от натрупаните години,

ХИАЛУРОНОВАТА КИСЕЛИНА ГЛАДИ БРЪЧКИТЕ

● Задържа влагата в кожата

но и от съчетанието ѝ с витамини, минерали и аскорбинова киселина. Неправилното хранене, пушенето и замърсената природа водят до дефицит на хиалуроновата киселина в организма. Разграждането ѝ се ускорява и от излагане на ултравиолетова радиация, при вируси и хормонални промени.

Хиалуроновата киселина, изглежда, е най-рекламираното чудо за подмладяване в козметичната индустрия. Тя задържа влагата в колагена и еластина в кожата и е като лепило, което ги свързва. Подмладяващото съединение задържа от 1000 до 4000 пъти повече вода от собственото му тегло.

Козметичните продукти, съдържащи хиалуронова киселина, се абсорбират бързо от



кожата, без да я омазняват. Редовната употреба повишава съдържанието на влага в горните клетъчни

слоеве, възстановява нормалния ѝ хидробаланс и укрепва съпротивителните ѝ сили. Важното е да се използва

качествена козметика с хиалуронова киселина, тъй като само така кожата става по-мека, гладка и хидратирана.

Естетичната хирургия също е впрегнала вълшебната киселина за изглаждане на бръчки, за по-пухкави устни, корекции на лицето.

Филъри с хиалуронова киселина се въвеждат на малки порции под кожата със спринцовка с фина игла. Продължителността на процедурата е около 15-20 минути. Лицето млади, бръчките изчезват, устните стават пухкави, но не е открит пенкилер, който ще спре остаряването. Организмът ни си има собствена система за разграждане на хиалуроновата киселина и заради това ефектът изчезва постепенно с вре-

мето. Средната продължителност на пълнителите е между шест месеца и година. Това зависи от типа кожа, третираните области, количеството на препарата и техниката на поставяне.

Подмладяването се прави задължително с лекар специалист, който да избере препарата и процедурата в зависимост от възрастта, общото здравословно състояние и това на кожата.

Иначе в аптеките и козметичните магазини има изобилие от препарати с хиалуронова киселина - кремове, гелове, таблетки... Чудогейното съединение помага на цялото тяло. Подмладява не само кожата, но и костите и ставите.

Real **Sam** (Риъл Саме) спомага възстановяването след леку, до средни по сила емоционални разстройства по естествен, по-ефективен и по-бърз начин от антидепресантите, като увеличава нивата на серотонин, норадреналин и допамин. Продуктът подобрява психичното и емоционално състояние, като подпомага мозъчната функция и подобрява настроението.

real
Sam

Без странични ефекти!
Без рецепта!

Върнете усмивката на лицето си!

депресия стрес умора безсъние

Произведено от Gnosis Bioresearch - САЩ за Хербамедика ЕООД, тел.: 02/818 48 70, www.herbamedicabg.com

СТРАДАТЕ ОТ ДИАБЕТ? ВЗЕМЕТЕ МЕРКИ НА ВРЕМЕ!

Знаете ли, че всеки десети човек в България страда от диабет? Всяка година вследствие на диабета в България умират над 8000 души! Цифрата значително се увеличава, ако се отчетат и смъртните случаи, предизвикани от усложненията на диабета - сърдечносъдови, бъбречни, неврологични и др. Страшно ли звучи?

Храненето на диабетиците трябва да бъде добре балансирано и обогатено със специални продукти, които осигуряват липсващите, поради заболяването, микроелементи. Медицинските специалисти препоръчват да се приемат продуктите Алфа Бетик, които са специално създадени за хората с диабет и в преддиабетно състояние.

Алфа Бетик мултивитамини с удължено енергизиращо действие осигурява оптимални хранителни вещества за хората с диабет. Формулата съдържа витамини, минерали и други хранителни вещества, включително алфа липоева киселина, витамин В12, хром, лутеин, биотин и ванадий за превенция на сърдечносъдовите заболявания и за нормалното функциониране на нервната система и



очите. Алфа Бетик мултивитамини с удължено енергизиращо действие е внимателно дозиран, така че да няма опасни за диабетиците количества от всяка съставка. Алфа Бетик мултивитамини с удължено енергизиращо действие са най-богатите мултивитамини, които може да намерите на пазара. Продуктът съдържа само висококачествени съставки с ясен произход.

Освен мултивитамини, хората, страдащи от диабет, трябва да приемат и добавки, които подпомагат сърдечносъдовата система и намаляват кръвната захар.

Алфа Бетик Омега 3 рибено масло поддържа нивата на триглицеридите в нормални граници. Подпомага доброто зрение, ставите, кожата и функцията на мозъка.

Алфа Бетик Канела с хром и биотин намалява нивата на кръвната захар.

Алфа Бетик Алфа Липоева киселина осигурява мощна антиоксидантна защита и поддържа функционирането на нервната система.

За най-добри резултати, приемайте продуктите от серията Алфа Бетик в комбинация.

Търсете в аптеките и на www.revita.bg



Георги Георгиев

Така известният фотограф Георги Георгиев - Джони е озаглавил новата си изложба от 50 кадъра, подбрани измежду 50 хиляди фотографии, отразили 2500 събития, станали през последните 24 години. Това е хроника на прехода в черно и бяло, а сюжетите са взети от многолюдните митинги, студентските стачки, от първоначалния обще-

„ИЗГУБЕНИ В ПРЕХОДА“ - НАЙ-НОВАТА НИ ИСТОРИЯ В СНИМКИ

ствен купеж.

След 10 ноември 1989 г. Джони е работил като фоторепортер за първите опозиционни вестници - "Свободен народ", "Демокрация", "Подкрепа". Според него: "По-рано имаше партийна номенклатура, сега си имаме олигархия. Провалихме се в прехода, защото всичко стана режисирано, дори на-

шите дисиденти бяха измислени, възприехме руския модел на разграждане на системата и стигнахме гомук".

Всичките му фотографии ще бъдат качени в сайта prehoda.bg, а изложбата може да се види в Клуба на фоторепортера в подлеза на ларгото пред Министерския съвет.



Румен ЛЕОНИДОВ

Няма художник, който да е минал през магичната Жеравна и да не е бил озабен от слънчевата люлка на нейната атмосфера. И почти всеки майстор на четката има поне по една картина, облъчана от мощното ѝ въздействие. Докато maestro Христо Тодоров (1935 г.) е не само роден, но и днес живее в "картината" на това толкова необикновено българско село. И неслучайно платната му са изпълнени с необикновена светлина, с живи цветове и с празнични пейзажи. Изложбата му е наречена "Живописна Жеравна" и включва още

двайсетина женски портрета, създадени специално за приятелите на столичната галерия "Натали". Но пресъздадените образи на български майки и девойки не са само от Жеравна, а от различни краища на България. Маниерът на художествено изразяване на Тодоров е добре известен на ценителите на изкуството, защото този художник неуморно доказва силата и жизнеността на националната традиция. Картините му се вписват в най-добрите посоки на българската живопис.

Всеки столичанин, който иска да усети мистериозното въздействие на Жеравна и нейната природа, може да го стори в га-

ЖЕРАВНА ИЗГРЯ В ЦЕНТЪРА НА СОФИЯ

● Галерия „Натали“ е изпълнена с необикновена светлина и живи цветове



лерия "Натали". И след това, запленил от тези красоти, да отиде да погостува в това обиталище на най-българския дух. Заслужава си.

Христо Тодоров дълги години (до 1994) бе художник-постановчик в Българска национална телевизия, през които създаде сценографията за над 200 телевизионни постановки. Той е от първия випуск на Художествената гимназия в София. През 1961 г. се дипломира в Националната художествена академия.

Има повече от 20 самостоятелни изложби у нас и в чужбина, между които във Франция, Швеция, Русия, Германия, Италия, Белгия, Испания и др.



КНИГА ЗА НАРОДНИТЕ РИТУАЛИ, ВЯРВАНИЯ И ОБРЕДИ

Дали знаем всичко за фолклорните си традиции, за ритуалите в националната ни култура? Едва ли. Затова книгата на Ирина Седакова ни предлага задълбочен прочит на огромен период от живота на българина - от сват-

бата на бъдещите му родители, през раждането, до първата стъпка и всички ритуали, свързани с тях. Авторът ни въвежда в завладяващо преживяване: разказва не само българските обичаи, свързани с раждането, но и прави па-

ралел с балканските обреди. Раждането като такова е разгледано като важна част от народната медицина, народния календар, връзката му с древните митове, както и с православните схващания.

Например свързването

на култа към Богородица с народното вярване в предсказанията на демоните на съдбата, разглеждани са празничните ритуали, изборът на името, ролята на именния ген и др.

Ирина Седакова е завършила българска филология

в Московския държавен университет. Преподавала е славянска филология в Русия, Англия, САЩ, била е гост-професор в Италия, Япония и други страни. Редовно организира международни симпозиуми по изучаване на ритуалния ка-

лендар и народната вяра. Автор е на повече от 300 труда, публикувани в 32 страни, част от които са посветени на езика, фолклора и обредите на българите в славянски, балкански и широк европейски контекст.



ПЛОВДИВ

Реконструират най-дългия мост над Марица

Кметът на Пловдив инж. Томев даде старт на дългоочакваната реконструкция на моста на бул. "Васил Априлов". Най-дългият пловдивски мост над Марица е пуснат в експлоатация през 1977 г. и оттогава не са били извършвани никакви ремонтни дейности.

Експертна комисия е установила течове, оголена армировка, напукана и частично разрушена пътна настилка.

Общината защити проект за реконструкция пред Междуведомствената

комисия за предотвратяване на бедствия и аварии, откъдето още през февруари тази година бяха отпуснати необходимите 2 млн. лв. за първия етап, припомни инж. Томев.

В зависимост от климатичните условия крайният срок на обекта се очертава през пролетта на следващата година, когато ще се постави последният пласт асфалт. Паралелно с това общината ще финансира цялостна подмяна на осветлението.

РУСЕ

Инсталация за сепариране ще пази околната среда

Русенци ще плащат с 2,8 млн. лв. по-малко на година, ако бъде изградена инсталация за предварително третиране на битовите отпадъци. Това става ясно от писмо на кмета на града Пламен Стоилов, изпратено до областния управител, екологичното сдружение "За Земята", кметовете и председателите на общинските съвети във Ветово, Иваново, Сливо поле. Писмото е отговор на становище на сдружението "За Земята", в което природозащитниците изразяват безпокойство от ефекта върху околната среда.

В средата на миналия месец Общинският съвет в крайдунавския град взе

решение, с което на "Топлофикация Русе" се дава безвъзмездно право на строеж на инсталация за предварително третиране на битови отпадъци.

В писмото на кмета Стоилов се посочва, че изграждането на съоръжението ще доведе до повишаване таксата "битови отпадъци" с 30% през 2015 г.

В проекта се предвижда "Топлофикация - Русе" ЕАД да извърши процедури за получаване на разрешителни по реда на Закона за опазване на околната среда, допълнително преустройство на съществуващите мощности на дружеството и мониторинг на компонентите на окол-

ната среда. Дружеството трябва да се съобрази с всички законови норми, регламентиращи управлението на отпадъците с цел предотвратяване и намаляване на вредното им въздействие.

С изграждането на инсталацията за сепариране на битови отпадъци следва да бъдат постигнати целите за подготовка за повторна употреба и рециклиране на отпадъчни материали, включващи хартия и картон, метал, пластмаса и стъкло от домакинствата, и подобни отпадъци от други източници и ограничаване на количеството депонирани биоразградими битови отпадъци.



БУРГАС

Отличиха изявени спортисти

Четири бургаски спортисти и техните треньори бяха наградени за постигнати високи резултати в своята област.

Зад тези успехи стоят много усилия, упорство и висок дух. Всеки един от вас има своето място в традиционната класацията за спортист на годината, която Община Бургас организира през декем-

ври, каза г-р Лорис Мануелян, зам.-кмет "Здравеопазване и спорт".

Наградени бяха Иван Марков - световен вицешампион от първенство по вдигане на тежести в Полша, и Стоян Копрев - първо място на Европейското първенство по муай тай. Те не пропуснаха да изкажат благодарност към Общи-

на Бургас за оказаната подкрепа.

За доброто си представяне на Световното първенство по карате киокушин бяха отличени Станислава Бойчева и Айшегюл Али Шен. Двамата бронзови медалисти получиха поздравителни адреси от името на кмета на Бургас Димитър Николов.



БЛАГОЕВГРАД

Срещу наркотиците и трафика на хора

Кампания по превенция на наркоманиите и трафика на хора ще се проведе в Благоевград. Инициативата е насочена към пограстващите, като включва два панела - образователен филм и конкурс за ученици.

В рамките на два дни ученици, жители и гости на града ще бъдат запознати с опасността от наркотиците, рисковите контакти и запознанства, които въвличат младите момичета в трафика на хора. "Наркотиците и трафикът - реалната опасност" е име-

то на образователния филм, който ще постави акцент върху две от най-страшните теми в нашето съвремие.

Вторият панел на инициативите, насочени към превенция на наркоманиите, е конкурсът за ученици от 1. до 12. клас. Те ще имат възможност да пишат, рисуват или презентират в рамките на две теми: "Моят любим национален герой" - за ученици от 1. до 4. клас, "Човекът - свободен и независим" - от 5. до 12. клас. Срокът, в който желаещите могат да се включат с

разсъждения по темите, е 23 декември 2013 година. Произведенията могат да бъдат подавани на място или изпратени по пощата на адрес: Благоевград, пл. "Георги Измириев" 1, стая 516.

Целта е да бъде събудено съзнанието на младите хора, които да се включат активно в разпространението на информация за вредата от наркотиците, предлагане на мерки за предпазване и посочване на добри примери за разрешаване на проблемите с трафика на хора и наркоманиите.





СОФИЯ

Заводът за боклук ще помага на парното

● С Мария Бояджийска, зам.-кмет, направление "Зелена система, екология и земеползване", разговаря Георги Георгиев

Г-жо Бояджийска, пътят за строеж на завод за преработка на отпадъци вече е открит. Какво предстои сега?

- Заводът е финансиран по Оперативна програма "Околна среда 2007-2013 г.". Върховният административен съд вече потвърди заповедта на кмета на София за избор на изпълнител - Обединение "Актор АД - Хелектор АД".

Очаква се договорът за проектиране и строителство да бъде подписан в средата на ноември. Изпълнителят трябва да представи изискваните от общината документи за липса на задължения, застраховки и банкова гаранция за изпълнение. Срокът за проектиране и строителство е 19 месеца, като в този срок инсталациите и съоръженията следва да бъдат въведени в експлоатация. Изпълнителят заяви, че подготвя екипа си и вече са започнали проектиране. Съгласно Закона за устройство на територията проектът подлежи на съгласуване с всички компетентни институции и експлоатационни предприятия. При положителни становища от тяхна страна може да се очаква проектът да бъде одобрен до края на януари 2014 г. 12 месеца след пускането на завода изпълните-

лят е задължен да постигне предложените в офертата технически параметри на работа на съоръженията, както и да отстрани за своя сметка всички евентуално възникнали проблеми и дефекти. Проверката на ефективността се извършва съгласно специално разписан в договора ред с участието на надзора и общината. В случай че разходите за експлоатация надвишават предложените в офертата, изпълнителят дължи на Столичната община обезщетение.

- Къде се предвижда да се построи съоръжението?

- На площадката в местността Садината, землището на село Яна, върху която вече е изграден другият основен компонент на проект "Интегрирана система от съоръжения за третиране на битовите отпадъци на Столична община" - депо за неопасни отпадъци и пречиствателната станция за отпадъчни води. Мястото не е избрано самоцелно, тъй като основната идея на проекта е обвързана с едновременно експлоатация на завода и депо и заложената капацитет на двете съоръжения. Предвидено е депо да приема отпадъците, получени в резултат от работата на завода след механо-биоло-



гичното третиране на смесено събраните отпадъци.

- Съществуват ли някакви рискове за населението на района?

- При избора на технология бяха обследвани няколко варианта, включително и изгаряне на отпадъците. Разгледани бяха всички възможни рискове за околната среда и беше избрана технология, която не води до замърсяване и отговаря на приетите за ЕС изисквания за "най-добри налични техники". Процесът не включва изгаряне на отпадъците. Преработката е основно чрез механично отделяне на вторични суровини за рециклиране (метали,

стъкло, хартия и пластмаса), преработка на органичните отпадъци чрез биологично третиране в специално изградени клетки до компост и производство на стандартно гориво за нуждите на топлофикация. Отпадъците, които остават за депониране, са минимално количество и са предимно инертни материали. Голяма част от отпадъчните води се използват обратно в процеса на компостиране, а останалата част ще се пречиства в изградената пречиствателна станция. Въздухът от работните помещения и съоръженията се улавя и пречиства. Поради отсъствието на горивен про-

цес не се отделят опасни емисии. Всички процеси ще се следят автоматично чрез модерни системи за контрол, което ще изисква минимална намеса от страна на оператора и по този начин ще се гарантира висока ефективност на производството.

- Много често се изтъкват екологичните ползи от изграждането на завода, в какво точно се изразяват те?

- Проектът е подчинен на основната цел на Оперативната програма - Подобряване качеството на живот на хората чрез осигуряване на здравословна и благоприятна околна среда и запазване на богатото природно наследство. Чрез новия завод общината ще намали депонираните отпадъци с почти 75% и ще увеличи процента на рециклиране. Произведеното гориво от инсталацията е суровина, която в страни като Германия, Австрия, Холандия масово се използва като заместител на въглищата, мазута и природния газ при производството на топлоенергия. По този начин, от една страна, се намалява себестойността на произведената енергия, а от друга страна, се намаляват емисиите в околната среда, които се отделят от депо за отпадъци.

- Какъв се очаква да бъде икономическият ефект от инсталацията, ще се приемат ли отпадъци и от други градове?

- Заводът ще произвежда специфично гориво, което може да се използва от "Топлофикация София"

за комбинирано производство на енергия. В момента се изготвя идеен проект за новата инсталация в Топлофикация, като за целта бяха осигурени 1,5 млн. евро от фонд "Козлогуй". С реализирането на този проект ще се повиши ефективността при производството на топлинна енергия и ще се намали замърсяването на столицата. Капацитетът на съоръженията е съобразен с нуждите на общината и не се предвижда приемането на битови отпадъци от други общини. Анализите на приходите и разходите показват, че събраната такса „битови отпадъци“ покрива изцяло нуждите от финансиране на дейностите и не се налага Столичната община да дава допълнителни средства.

- В проекта предвижда ли се инсталация за обработка на отпадъците до превръщането им в електроенергия?

- Проектът включва производство на енергия от инсталацията за третиране на хранителните отпадъци, която е вече изградена в рамките на първата фаза. Произведеният при процеса на анаеробно разграждане газ метан ще се използва за производство на топлинна и електрическа енергия в гва когенератора.

- Но това не изисква ли разделно събиране на боклука, което все още не е много популярно у нас?

- Програмата за управление на дейностите с отпадъците на София предвижда разделното събиране на отпадъци от хартия, картон, метали, пластмаси и стъкло. Постепенно този процес ще се разраства. Вече е направена инвестиция в размер на 2,7 млн. лв. за камioni и контейнери за разделно събиране на отпадъци от опаковки. По този начин Столичната община започна изпълнението на пилотен проект за разделно събиране в районите "Овча купел" и "Кремиковци", без да е зависима от нито една от организациите за разделно събиране. Проектът започна през месец юли и резултатите към момента са обнадеждаващи.

ВАРНА

Тръгват 100 нови автобуси и тролеи

До месец по улиците на морската столица трябва да бъдат в ход 70 нови автобуса, част от проекта за Интегриран градски транспорт. Договорът за доставка на рейсове бе подписан на 22 октомври в присъствието на кмета на Община Варна Иван Портних и председателя на Общинския съвет Иван Луков. Парафи под документта положиха Злати Златев - изпълнителен директор на "Градски транспорт" ЕАД, и Адам Желински - търговски директор на полската фирма "Соларис", изпълнител на поръчката. 30 от автобусите ще бъдат съчленени, а 40 - соло. Рейсове ще се движат с дизел и природен газ. Всичките ще бъдат обо-

рудвани с климатик и ще са пригодени за хора с увреждания. Специални електронни табла ще указват на пътниците на коя спирка се намират. Ще има и места за малки деца.

Макрорамката на проекта за Интегриран градски транспорт е 114 млн. лева. Той се реализира поетапно и включва още внедряване на автоматизирана билетна система, система за осигуряване на предимство на превозните средства на градския транспорт на 27 регуларни кръстовища, система за информация на пътниците по спирките и център за управление на трафика, изграждане на скоростно трасе за градския транспорт, нови край-

ни спирки, 15 километра велоалеи.

Успоредно с този проект вече е факт и друг - за доставка на 30 нови тролейбуса. Договорът е подписан, очакваме ги в рамките на година. Така по

линия на европроектите морската столица ще разполага със 100 нови превозни средства на обща стойност над 60 млн. лева, каза кметът на морската столица Иван Портних.



Имаме картотека на българските общности



Акад. Григор Велев

Академик Велев, през ноември 2008 г. във Варна бе свикан Първият велик събор на българите по света. Какво се случи след това?

- Съборът избра Варна за столица на всички българи. Присъстваха представители от 38 страни, които учредиха Асоциацията на българите по света (АБС), която от своя страна избра Върховен управителен съвет, състоящ се от 22 души от страната и чужбина. За почетни председатели бяха избрани тогавашният кмет на Варна г-н Кирил Йорданов и моя милост, а за председател - акад. Александър Чирков.

- Бе гласуван и съставът на Световния парламент на българите...

- Да, той се състои от 200 депутати - 100 от България и 100 от чужбина, и заседава всяка година във Варна за разлика от Събора, който се свиква веднъж на пет години. Асоциацията на българите по света е първият опит на гражданска неправителствена организация, която се опитва да свърже българите, живеещи в различни страни от петте континента на света, и да работи за тяхното духовно обединение.

- По време на Първия събор в резултат на проведените дискусии бяха приети няколко документа, бихте ли припомнили най-важните от тях...

- Бе приета програма за работа на АБС за консолидиране на българската общност по света и за утвърждаване на българското духовно пространство, Бяла книга на АБС и Световния парламент на българите (СПБ), Меморандум за нерешените проблеми на българската нация и държава до Народното събрание, президента и правителството на Р България...

- Днес, 5 години по-късно, какво показва равностойността на споренето?

- Изградихме картотека на българските общности въз основа на попълнените от делегатите анкетни карти. Създадохме електронен сайт на АБС, започнахме да издаваме съвме-

С акад. Григор Велев разговаря Румен Леонидов

стно с БАНИ електронния вестник "Целокупна България". Осъществени бяха преки контакти и проведени разговори с представители на землячески организации от Украйна, Молдова, Румъния, Автономна Република Гагаузия, Западните покрайнини, Македония, с френско-българското дружество "Приятелите от Отания" и Асоциацията на българите от Италия, гр. Комо. За изминалите 5 години от създаването на Асоциацията днес тя включва 57 землячески организации на наши сънародници, а в процедура за влизане в нея са още 34 такива. Асоциацията на българите по света ще обхване цялата българска диаспора на петте континента.

- В какво по-конкретно се изразява дейността на Асоциацията, дайте няколко примера.

- Делегация от АБС посети Сирия и бе сключен договор за приятелство с дружеството "Приятелите на България" в гр. Хале. Осъществен бе контакт с представители на българската общност в Република Татарстан, подготвихме откриване на българска книжарница в гр. Тараклия, Молдова. Организирахме поклонение на гроба на кан Кубрат в с. Малая Перещепина, област Полтава, Украйна.

Оказваме помощ на бедстващи българи зад граница и на желаещи да получат българско гражданство. Поддържаме отношения на приятелство и взаимопомощ с различни учебни заведения, организирахме дарения от грехи, обувки и играчки за деца от църковно училище "Св. Георги" при църковен храм "Св. Георги" в гр. Тараклия, Молдова, дарихме книги за тамошното читалище "Олимпиа Панов".

- С кои други български организации сключихте договори за сътрудничество?

- Освен с тези, за които споменах, вече имаме договори за присъединяване и сътрудничество на български организации в чужбина с Асоциация на българските здравни работници в Обединеното кралство Великобритания; Българска общност Берлин; Асоциация на българите "Балкан", Испания; Българо-френското дружество "Приятелите от Отания"; Асоциацията на фармацев-

тите и Асоциацията на анасонлиите, Лабрюйер, Франция. Приехме за нови членове на АБС организации на българите от Тунис, Киргизстан, САЩ и Португалия.

- Какви решения взе Вторият велик събор на българите по света?

- След проведените дискусии решихме да представим на вниманието на Народното събрание, президента на Р България и правителството следните настоятелни искания: да се отменят указите от 1945 г. и 1952 г., с които се



отнема българското гражданство на нашите сънародници, живеещи във Вардарска и Егейска Македония, Западна Тракия и Западните покрайнини. С този акт ще се възстанови историческата справедливост.

- Това няма ли да бъде прецедент в днешните международни отношения?

- Не, защото вземаме за пример актовете на полското правителство, което възстанови гражданството на 6 млн. поляци от Западна Украйна. Румънското правителство възстанови гражданството на 1 млн. румънци от Молдова. Същото стори и унгарското правителство, което даде права на 800 000 свои сънародници от Трансилвания и Войводина. Днес България е свободна и независима държава, не е подвластна нито на Русия, нито на несъществуващата вече Югославия и трябва да стори същото.

- Съборът отново пос-



тави въпроса за статута на Западните покрайнини. Припомнете предложението на делегатите.

- След разпада на Югославия Р Сърбия незаконно присвои Западните покрайнини, в които живеят само българи. По решение на Ньойския мирен договор тези земи бяха присъединени към Кралството на сърби, хървати и словенци от 1929 г. - Кралство Югославия. Днес Югославия не съществува в правовия мир и затова настояваме за следните възможни решения: Сърбия доброволно да върне на България тези територии. Ако тя откаже - да се обърнем към Арбитражния съд в Хага; Западните покрайнини да се обявят за самоуправляваща се зона под кондоминиум, т.е. под съвместно управление на Сърбия и България. Вече няколко български правителства декларират готовността си да подкрепят безусловно присъединяването на Сърбия към ЕС, забравяйки, че въп-

росът за статута на Западните покрайнини не е решен дефинитивно.

- Какво друго поискаха делегатите на събора?

- В Молдова, Банат в Румъния и в други страни с компактни маси от българско население да се открият консулства, които да бъдат живата връзка с българската държава. Дори местните български власти предлагат да финансират издръжката на тези консулства, които ще им бъдат духовна опора и гарант за тяхната сигурност и права. Представителите на нашата диаспора настояват да се разкрият културни и информационни центрове в районите, където през последните години значително се увеличи присъствието на български емигранти.

- Съборът се обърна и към Министерството на образованието и науката...

- Препоръкахме да подкрепят образователните потребности на новата

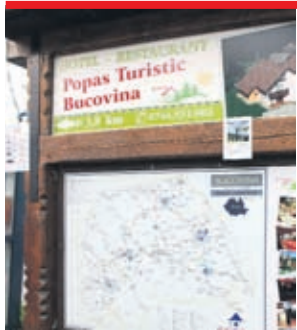
българска емиграция. През последните 20 години нашите землячески организации успяха да открият десетки съботно-неделни училища, но българските деца имат нужда от системни знания на български език и история. Припомнихме, че след Освобождението България разкри в Македония и Одринска Тракия 1250 училища, от които 11 гимназии, с около 2500 учители. Надяваме се българското правителство да намери средства и да реши този проблем.

- Пропуснахме ли нещо?

- Още обработваме повдигнатите искания, между които са липсата на български телевизионни програми в Р Македония, проблемите с цифровата телевизия в Западните покрайнини, да се прокара 20 км път между Благоевград и село Грамада в Македония, железопътната линия до съседна Македония, да се разработи национална програма, чрез която да се поощри връщането на икономическите ни емигранти, които искат да учат в български университети, към постановление 103 да се добави квота за връщането им в България и др.

- Досега не получихте отговор от нито една от държавните институции, до които съборът изпрати меморандума...

- Да, това е факт, който озорчи делегатите на Втория събор, но новото ръководство в лицето на г-н Кирил Йорданов няма да остави техния глас да остане глас в пустиня, напротив - нашите сънародници настояват да участват в политическия живот на България, искат законът да им позволи да се кандидатира за народни представители.



Буковина - манастирският архипелаг на Румъния

Прочутите русенски комари се гощават с нас цяла нощ и рано-рано, добре нахапани, поемаме през Дунав мост. Пътят води на североизток през плодородната Долноунавска низина, добре усвоена от румънските земеделци. Вляво се извисяват Карпатите с красивите и разнообразни пейзажи, откъдето тръгват множество пълноводни реки. Именно те почти всяка година причиняват силните наводнения в района. Край тях се намират духовните обители, цел на това поклонническо пътуване.



Уж съседна и близка, ама колко ли ни е позната всъщност Румъния - държава с два пъти по-голяма територия от България и три пъти повече население? 60 на сто от хората тук се обявяват за православни християни. За разлика от българите, които идентифицираме националната си принадлежност с християнството, румънците са видимо благочестиви и всекидневно посещават храмовете. Картината е повече от впечатляваща: силно православие, здраво християнско семейство с по няколко деца и над 12 милиона селско население, което произвежда животинска и земеделска продукция. В тази част на страната виждаме, че селата са жизнени, навсякъде цъкнат домашни животни, къщите изглеждат добре поддържани, с много цветни и зеленчукови лехи в дворовете.

Подем на вярата

Сега в Румъния има 500 действащи стари и нови духовни обители, някои с над 500 монаси или монахини. Повече от 80 процен-

та от 10-хилядното румънско монашество населяват манастирите на Буковина, Северна Молдова, близо до границата с Украйна, в района на старите столици Яш и Сучава. Те са реставрирани и развити особено след 1990 г., когато държавата проумява обединяващата сила на православието и започва активно да насърчава църквата. Запазени са надписите им на български от времето, когато с устаб от Търново са се учредява-



Днес манастирът "Путна" е сърцето на духовния живот за румънците, техният Йерусалим. Той никога не е променял своето предназначение. Не е занемаряван като други през унгарския период, а през комунистическия дори претърпява реставрация. Тук се е взело решението за приобщаване на страната към Европейския съюз, тук се пазят най-ценни реликви и ръкописи.

ли "Нямц" и някои други от по-старите духовни обители.

Естетика и духовност

Манастирът "Путна" е първият, основан от Стефан чел Маре като място за усамотение и отдых и по-късно - за вечен покой на войводата и наследниците му. В скалите горе била килията на духовния старец Даниил, когото той често посещавал. "Путна" е построен между 1466 и 1481 г., като от това време оригинална е само кулата. Петру Рареш, най-големият благодетел на църквите в този район, се счита за извънбрачен син на владетеля. Той продължава бащината традиция

в изографисването им. За ради св. Стефан тук богослуженията и молитвите са непрекъснати. Потокът от поклонници не спира и във въздуха вибрира искрено повтаряното "Домне милуйеце" ("Господи, помилуй!"). Хората, които не могат да влязат в препълнения храм, участват в службата отвън. За да пазят ценните стенописи, те палят свещите си в специално изградени места пред централния вход.

Воронец - Сикстинската капела на Изтока

След като чакаме смиренно на дълга опашка и се покланяме на мощите на св. Петка (Параскева) Търновска, които от XVII в. почиват в Яш, поемаме към "писаните" църкви. Те са изографисвани и отвън, за да се освети и външното пространство и да могат и природата, и птич-



ките, и въздухът да общуват с Бога. В каноничен ред са херувими, серафими, ангели и архангели, исторически сцени, други от жития на светци или от Светото писание.

Манастирът "Сучевица", построен в края на XVI в. от княжеската фамилия Мовила, за нас е ценен с факта, че тук е намерено първото житие на Григорий Цамблак - исторически документ за началото на нашата литература. Архитектурата на църквата

световното културно и природно наследство през 1993 г. На своя сесия преди време в Бразилия Комитетът включи към тях и споменатия комплекс "Сучевица".

Най-високата църква в тази част на Молдова извисява купола си на 42 метра, а е широка по-малко от десет. Архитектурата ѝ се счита за много модерна за времето си и служи за прототип на "Свети трима светители" в Яш. Намира се в манастира "Драгомирна", построен от фамилията Мовила и Кримка, от които произхождат много князе, митрополити и епископи. Започнат е в последната година на XVI в. Стенописите са на местните художници Крачун, Матиеш, Игнат и Глигорие. И тук орнаментиката е много богата - каменни плетеници, позлатен дърворезбован олтар, розети, арки и абсиди.

Накрая стигаме до емблематичния "Воронец" - построен отново от Стефан чел Маре и прочут не само с фреските си, но и с "Воронешко синьото", което става определение за цвят. Външният стенопис "Страшният съд" на западната фасада е на пет нива и макар да е рисуван от анонимни монаси, по колорит и композиция е сравняван от специалисти с гения на Микеланджело в Сикстинската капела.

boyka_velinova@abv.bg

Текст и снимки
Бойка ВЕЛИНОВА



"Възкресение Христово", като и на всички други в района, е хармонична смес от византийски и готически елементи, привнесе ни към силуета и широките стрехи на старите молдовски дървени черкви. Стенописите са върху всяка свободна повърхност. Христос Пантократор на купола е представен по уникален начин - да благославя и с двете ръце. От идеално запазените фрески по външните фасади най-известна е "Стълбата на св. Йоан". Поради уникалната им красота, която привлича хиляди туристи, седем от местните манастири влязоха в списъка на ЮНЕСКО с обекти на



Владислава ГАЛЕВА,
юрисст

Как се прехвърля имуществото срещу гледане

Много често възрастните хора се опитват да осигурят старините си чрез дарение срещу гледане. Но всъщност такава правна форма не съществува.

Дарението е договор, по силата на който дарителят отстъпва веднага и безвъзмездно собствено имущество на избран от него човек, който го приема. Договорът за дарение е безвъзмезден.

Правната форма, която трябва да се използва, в случай че едната страна се нуждае от помощ и грижи, е договорът за прехвърляне на имущество, най-често недвижимо, срещу задължение за гледане и издръжка. По силата на този договор едно лице прехвърля или се задължава да прехвърли на друго лице свое имущество, срещу което получаващият имуществото се задължава да полага грижи за него и да го издържа до края на живота му. Очевидна е разликата с дарението - този договор е двустранен и възмезден. Едната страна прехвърля (прехвърлител) или поема задължение за в бъдеще да прехвърли (възможно е и чрез предварителен договор) имуществото си срещу поемането на задължение от другата страна (приобретател) да осигури издръжка на прехвърлителя и необходимите грижи до края на живота му или до изтичането на срока, за който е уговорено. Този договор наподобява повече продажба на лично имущество срещу определена цена, отколкото дарение. В конкретния случай цената, която се заплаща за придобиване на имуществото, е предоставянето на издръжка и полагането на грижи, лично или чрез трето лице, в зависимост от конкретните условия по договора.

Договор за прехвърляне на имущество срещу задължение за гледане и издръжка могат да сключват едно или повече физически лица, които са собственици на имуществото. Приобретател на имущество по такъв договор обикновено също е



физическо лице - едно или повече. Това произтича от обстоятелството, че много често такива договори се сключват с оглед личността, т.е. поради определени качества, притежавани от физическото лице, което впоследствие ще полага грижите. Все пак предвид възможността фактическите грижи да се полагат и от трето лице, наето от приобретателя на имуществото, не е недопустимо приобретател да е юридическо лице.

В такъв договор е препоръчително да се опише точно какво означава за страните грижа и издръжка.

Защото в понятието "гледане" могат да се включат изключително разнообразни действия - от поемането на разходите, набавянето на храна, облекло и лекарства, помощ в домакинството, до осигуряването на почивка, развлечение и пътувания.

Ангажиментът за "гледане и издръжка" съгласно Закона за задълженията и договорите е единно и неделимо и ако прехвърлителят (или правоимащите по договора) са повече от един, грижите и издръжката се дължат на всеки един от тях, а ако

единият почине, договорът не се прекратява по отношение на останалите, освен ако няма изрична уговорка за това. Приобретателят трябва да полага дължимите грижи непрекъснато, в уговорения обем и по отношение на всички правоимащи съгласно договора - частично изпълнение на това задължение се смята за пълно изпълнение и прехвърлителят (рецептивно неговите наследници) има право да развали изцяло договора.

Препоръчително е в договора да се конкретизират в максимална степен дължимите грижи и издръжка - къде да се полагат, как да се осъществяват тези грижи - лично или чрез трети лица, в какво да се изразяват грижите. Обемът и видът на тези грижи зависят от нуждите на прехвърлителя и възможностите на лицата, полагащи грижите. Тези уговорки предпазват от бъдещи недоразумения. Така например, ако не е уточнено къде ще се полагат грижите, съдебната практика приема, че те ще се полагат в обекта, който се прехвърля, а това може да е склад, гараж или имот в друг град, различен от местонахождение-

то на прехвърлителя. Ако прехвърлителят постъпи в специализирано заведение (болница, старчески дом и пр.), задълженията на приобретателя не отпадат, а той продължава да е задължен да се грижи за прехвърлителя - например да заплаща такси, да го посещава, да купува лекарства и др.

За да се сключи действителен договор за прехвърляне на имущество срещу задължение за издръжка и гледане според действащата нормативна уредба и съдебната практика по прилагането ѝ, е необходимо да са налице следните предпоставки: лицето, което ще прехвърля имущество срещу издръжка и гледане, да е собственик на вещта и да може да докаже собствеността си, както и реално да се нуждае от уговорените грижи към момента на сключване на договора. Ако вещта е съсобственост на няколко лица, всички трябва да са съгласни да бъде прехвърлена собствеността срещу издръжка и гледане или нуждаещият се от грижи съсобственик да прехвърли идеалните си части, като преди това ги предложи на другите съсобственици при същите ус-

ловия, съгласно правилата на чл. 33 от Закона за собствеността. При сключване на договора лицето, което прехвърля имуществото, да не е в състояние, което предполага по недвусмислен начин близката му смърт и да не е налице знание у приобретателя за това обстоятелство; страните по договора да не са съпрузи.

Задължението за гледане и издръжка възниква още в момента на сключване на договора (или от по-късен момент, като това изрично се уговаря). Поетото от приобретателя по договор за гледане и издръжка задължение трябва да бъде изпълнявано не епизодично, а всекидневно, непосредствено и непрекъснато. Ако приобретателят не може да изпълни задължението си за гледане, той своевременно трябва да поиска от съда трансформация на задължението му в пари, за да не се стигне до разваляне на договора.

Тъй като приобретателят става собственик на имуществото в момента на сключване на договора, той има пълната възможност да извършва с него

разпоредителни сделки. А когато това е недвижимо имущество, той може да го продава, отдава под наем, да го ипотекира и др. За да се ограничи възможността човекът, нуждаещ се от грижи, да загуби единственото си жилище, което е прехвърлил на приобретателя срещу задължение за издръжка и гледане, може това прехвърляне да стане под условие, при което прехвърлителят да си запази правото на ползване върху имота пожизнено. Това не е пречка имотът пак да бъде продаден на трето лице, но то ще придобие само на хартия собствеността върху него и ще трябва да чака правото на ползване да се прекрати.

Когато срещу задължението за гледане и издръжка се прехвърля недвижимо имущество, прехвърлянето се осъществява с нотариален акт от нотариус, в района, в който се намира имотът.

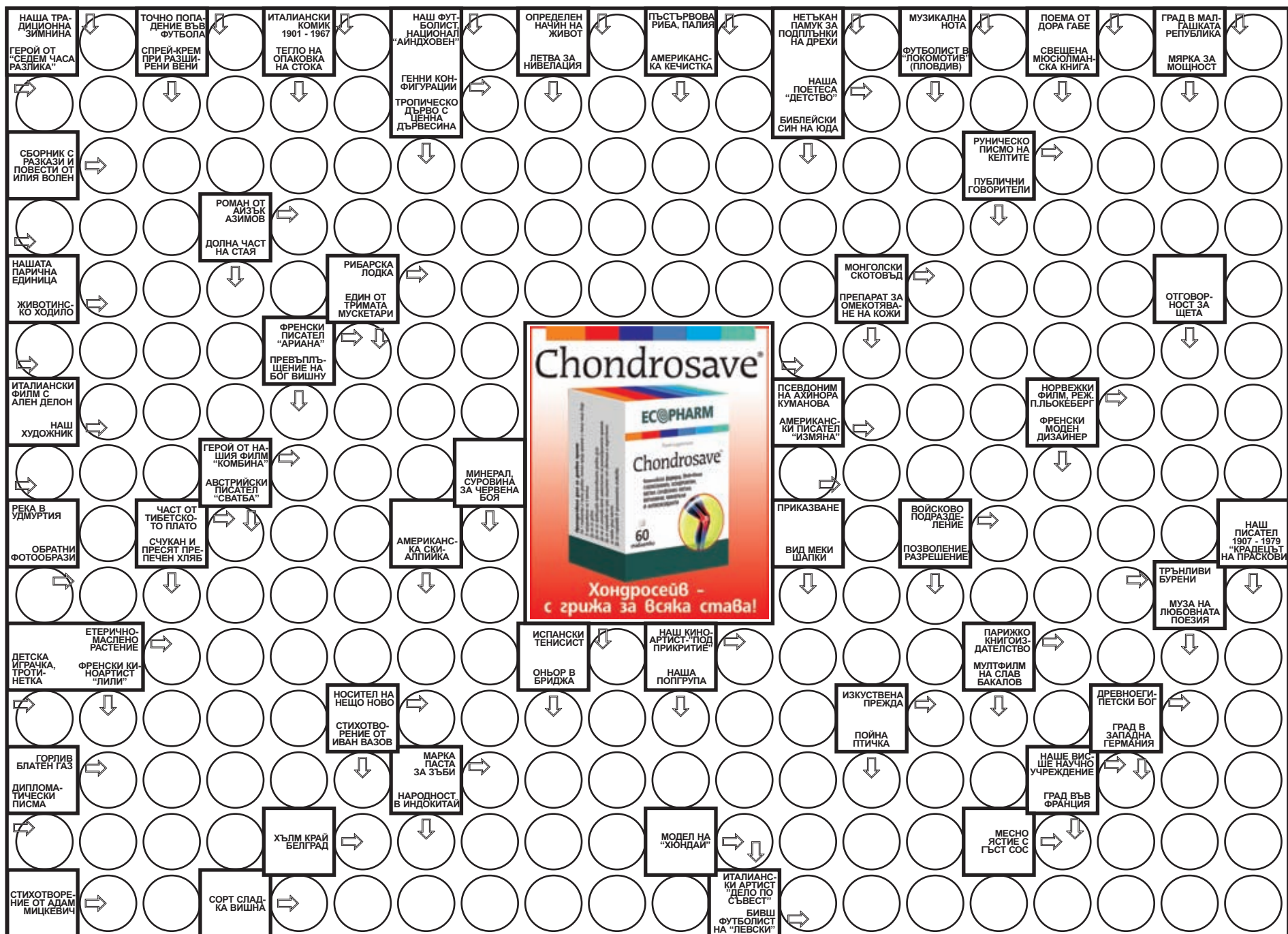
Развалянето на такъв договор става по съдебен ред, с иск пред районния съд по местонахождение на имота, предявен срещу лицето или лицата, които не са изпълнили произтичащите от договора задължения.

Всеки от наследниците може да предяви иска съобразно размера на своите наследствени права, т.е. не е задължително всички наследници да искат развалянето и да участват в производството.

Но решението ще бъде постановено само по отношение на тези лица, които са го предявили и съразмерно на техните права, произтичащи от наследяването.

Развалянето на договора за прехвърляне на имот срещу задължението за гледане и издръжка е обусловено от някои характерни особености на този вид договори: приобретателят има задължение да издържа прехвърлителя, независимо че той има свои средства да се издържа и че може сам да се обслужва; срокът на договора е без значение за неговата валидност, освен ако прехвърлителят е починал скоро след сключването му.

Житейските хипотези във връзка с отношенията между прехвърлители и приобретатели са многообразни, в повечето случаи - специфични, и за успеха на подобни съдебни дела е препоръчително своевременно консултиране и ангажиране на правна помощ.



РЕЧНИК: АВАТАРА, АШЕТ, ЛИВАРИЗ, ЛИТА, ОГАМ, ОМОН, ОРОПОН, ТАМАТАВЕ.

МИХАИЛ МИЦЕВ

Отговори на кръстословицата от бр. 41:

ВОДОРРАВНО: Вискозитет. Телевизор. "То". Вокализа. Ератема. Оряхово. ОЛИВЕТИ. Арат. Адана. Олав. "Как". Но. Алели. Ор. ОН. Лав (Къртни). Иви. Опи. Роса. Аки. Анатомия. "Аве Мария". ПОЛИС. Оникян (Стефка). Проза. Ем. Асан. Гот (Карел). "Ера". Оцет. Ретур. Ро. Ева. Им. Данакил. Терор. Атанас Атанасов. "Зиме". Анон. Нила Пици. Отокар. Еревани. Ана. Еленино.

ОТВЕЧНО: Цитрулин. Реване. Соя. Евапоратор. Як. Халитоза. Ане (Клод). Оводи. ОЛА. Ин. Язова (Яна). Оми. "Омана". Иконописец. Син. Ята. Ария. Медали. ЕЛО. ТАТА. СТИЛО. Напа. ЗИЛ. Танин. Става. Каца. Евора. Ариси. Плет. Ново село. Ерик. Сенат. Вол. Ава. "Аламинут". "Те". Итака. АК. Резон. Изер. "Варяг". Рики (Агостино). Оман. Кинороман. Оратория. Тороро.

LECHO

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

СРЕДНО

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

ТРУДНО

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

Станко ДИМОВ

Тенисът е сред спортовете, които бележат сериозен прогрес в България през последните години. Заслугите за това са много - като се започне от успехите на Цветана Пиронкова и Григор Димитров, през работата на родната федерация, та чак до телевизиите, които излъчват на живо състезания от цял свят. За разлика от почти всички други спортове тенисът се откроява с една особеност - той може да бъде практикуван активно дълго след края на професионалната кариера. Точно за това спомага и КАИ Национална тенис лига, която от години насам организира турнир за аматьори, любители и ветерани.

"Подобни първенства, които в чужбина се наричат Seniors tennis, са дългогодишна практика по



ОТ ЛЮБОВ КЪМ ИГРАТА

• Или как се създава тенис общество

света - коментира Иван Запрянов, директор на националната тенис лига. -

От ITF (международна тенис федерация) дори организират световно пър-

венство за ветерани. Развам се, че от няколко години и в България можем да



се похвалим с вече изградена и работеща система за провеждане на любителски турнири", допълва Запрянов.

Какво представлява лигата?

Участниците са разделени в няколко възрастови групи. При мъжете са 18-35 години, 35+, 45+, 55+. При жените групите са по-малко: 18-35 години и 35+. За да бъде битката на корта още по-интригуваща, организаторите са съставили годишна ранглиста с точки, също както е при професионалистите от ATP и WTA.

2013-а е сред най-успешните години за любители и ветерани, както самият Запрянов отбелязва. В проведените общо 12 турнира са взели участие 1232 души, което прави по над 100 състезатели на турнир! Напревладат през уикенда, тъй като през седмицата участниците са на работа. Не липсват и курьози. На турнира в Бургас например участва 72-годишният Златан Стоилов, именит скулптор от красивия морски град, който само с присъствието си показва, че любовта към играта не намалява с годините. "Златан не е единственият такъв случай. Много е интересно да се наблюдава каква страст, мотивация и желание показват към тениса мъже над 70 години. Да, те нямат физическата възможност да правят това, което са правили на младини, но желанието им е изключително. Неслучайно девизът на лигата ни е "От любов към играта", отбелязва Запрянов.

До тази година НТЛ се провеждаше само в летните месеци, когато започнат състезанията на открито. Поради големия интерес обаче идната зима ще бъде първата, в която турнирът ще продължи и на закрито.

"Мнението на състезателите, обратната връз-

ка с тях е от изключително значение за нас. Затова направихме едно проучване. Попитахме ги дали искат да има зимна сесия и дали ще участват в нея. Повече от 90% отговориха положително", разкрива Запрянов.

Така след споразумение с БФТ в периода януари-април 2014 тенис лигата ще продължи да се провежда.

"Лигата промени нагласата на ветерани и любители към играта. В моята практика имам случаи на хора от различни градове, които до такава степен се отдават на играта, че променят начина си на живот. Има мъже, които отказаха цигарите, за да се представят по-силно в турнирите. При това говорим за мъже на 50-годишна възраст! Има и такива, които започнаха да тренират по 3-4 пъти седмично, за да подобрят представянето си в лигата", разказа Запрянов.

"Една от целите ни е да дадем възможност на най-добрите по възрастови групи от НТЛ да станат представители на България за световните отборни първенства. Постепенно вървим по този път. В по-глобален аспект искаме да направим единно тенис общество. Идеята е, когато имате партньор в тениса от Хасково или от София и имате нужда от помощ и съдействие на съответното място, дори да става въпрос за личен повод, да има към кого да се обърнете. И това се случва. Защото, търсейки партньори и съмишленици, ние открихме много приятели", с гордост отбелязва Иван Запрянов, "виновник №1" за разцвета на лигата.

Календарът за следващия сезон вече е достъпен. Подробности и срокове за записване за турнирите можете да откриете на сайта на КАИ Национална тенис лига (www.ntl.bg). Още за нея можете да прочетете в Tennis24.bg.

НОВО

Презареди с Амбинор!

Ambinor

Аргинин аспартат, Магnezий, Витамин B6

Само 2 ампули дневно!

За повече енергия и жизнен тонус при:

ECOPHARM

Ambinor

20 ампули за 10 дни

- учене

- работа, стрес

- ежедневно натоварване

- спорт

- боледуване

ECOPHARM

www.ecopharm.bg

Търсете в аптеките

Уникалното Bugatti Meo Constantini с автограф

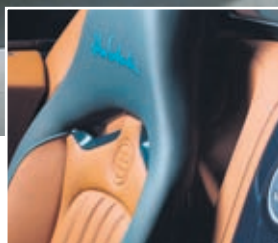
Вugatti представи на автомобилното изложение в Дубай третия автомобил от серията си "Легенди", който носи името Grand Sport Vitesse Meo Constantini. Първите две коли от серията бяха кръстени на Жан Бугати и Жан-Пиер Вимиле. Серията ще включва общо пет модела, всеки от които ще бъде произведен в три екземпляра.

Мео Константини е бил близък приятел на основателя на Bugatti Еторе Бугати, освен това е бил и шеф на заводския състезателен тим на марката в продължение на няколко години и има победа в "Тарга Флорио" с Bugatti Туре 35. Цената на всеки един от трите автомобили от серията е 2,8 млн. долара. Мео Constantini се задвижва от познатия W16, 8-литров двигател с четири турбини с мощност 1200 к. с. и максима-



лен въртящ момент 1600 Нм. На тестове беше отчетена максимална скорост на версията Grand Vitesse от 408 км/ч, а ускорението от 0 до 100 км/ч става за точно 2,6 сек. Новият модел е в същия цвят като на заводските болиди Туре 35 - френското състезателно синьо,

като на няколко места е изрисувана и конфигурацията на пистата "Тарга Флорио". Върху елегантните, стилни и тюзарски кожени седалки е избродиран уникалният подпис на звездния партньор Мео Константини и това е истинско признание за неговата работа в екипа на



Bugatti. Между предните две кресла зад подлакътника е кацнала конфигурацията на пистата в комплект с фирменото лого на компанията производител.



Прототипът Chevrolet Silverado Cheyenne

Тунинг шоуто SEMA в Лос Анджелис винаги е имало една цел - да разбуди духовете на придивичватата публика. Верни на традицията да правят приятни изненади, от Chevrolet извадиха на показ концептуалния автомобил Silverado Cheyenne. Този луксозен и спортен автомобил засега е напудрен прототип, направен на основата на късата база на двуместния пикап Silverado, който излезе на пазара по-рано тази година. Полезният бизнес помощник в бъдещата дейност на всеки американски фермер Silverado Cheyenne се отличава с грастично намалено тегло, по-голяма двигателна мощ, повратливост и гъв-

кавост на пътя. За загвиждането концептуалното предложение използва 6,2-литровия V-8 EcoTec3 мотор на компанията. Агрегатът успешно заменя 5,3-литровия двигател в базовия модел, който има максимална мощност 355 к.с. и сега "осмакът" разчита на повишена с 65 к.с. мощност - точно 420 к.с. и въртящ момент от 460 Нм. Ускорението от 0 до 100 км/ч пикапът прави за 5,5 сек. Броните, товарният леген, кабината и каросерията като цяло на Cheyenne са направени от въглеродни влакна и така пикапът е станал с 91 кг по-лек от стандартния Chevrolet Silverado. Това всъщност означава и по-малък разход на гориво.

БГ ПРЕМИЕРА

Най-бързата Octavia RS

сегне зад волана на "спортиста" открива с просто око изключителна просторност, прецизна изработка, иновативни системи за безопасност и комфорт, нисък среден разход на гориво, динамичен дизайн, отлична шумоизолация на купето. Към всичко това добавяме и невероятното за спортно предложение съотношение цена/качество. Спортното намигване на RS модификацията на Skoda Octavia е видно от шитата на ръка с червена нишка калъфка на волана, от седалките с наличието на запазен знак на спортното погрешление, от педалите на

газта и спирачките, от кожените апликации на ръчната спирачка и скоростния лост. За Octavia RS производителят предлага 2-литров бензинов двигател с мощност 220 к.с. и 2-литров дизелов агрегат със 184 коня под капака. В сравнение с предишното второ поколение новите двигатели са с до 10% повече мощност, но пък дават до 19% по-голяма икономия. Stop/start системата и тази за регенериране на спирачната енергия са

стандартни функции. И двата агрегата се предлагат с 6-степенни механични скоростни кутии или с автоматичната DSG трансмисия с двоен съединител. С 2-литровия TSI бензинов мотор Octavia RS ускорява от 0 до 100 км/ч за по-малко от 6,8 сек, което е с 4 сек по-бързо в сравнение с предшестващия модел. С максимална скорост от 248 км/ч третата генерация изпреварва втората с цели 6 км/ч. С ръчна скоростна кутия автомо-

билът е с 1,3 л/100 км по-икономичен в сравнение с предшестващия модел и сега средният разход е едва 6,2 л/100 км. 2-литровият дизелов TDI двигател ускорява от 0 до 100 км/ч за 8,1 сек, достига максимална скорост от 232 км/ч, но пък е твърде икономичен - 4,6 л/100 км. За най-бързата досега Octavia RS спортното окачване е стандартно оборудване, а просветът е с 15 мм по-нисък.

Страницата подготви
Станчо ШУКЕРОВ



Третото поколение на Octavia RS дойде с визитката на най-бързото предложение, правено в заводите в Млада Болеслав досега за модела. Отнася се както за седана, така и за комби варианта. RS въплъщава в себе си едновременно спортен и практичен автомобил. Новата каросерия RS е

по-дълга (седанът с 88 мм, а комби версията с 86 мм) и с 45 мм по-широка от предшестващата си. В същото време колелната база се е увеличила със 102 мм. Именно тази модификация, както и намаленият преден надвес подчертават мощния външен вид на автомобила. Дори и лаикът, когато

СПЕЦИАЛИСТЪТ СЪВЕТВА

Как са перата на чистачките

Преди прехода на времето от есен към зима е хубаво да обърнете внимание на състоянието на чистачките. Не чакайте да дойдат първите дъждове и последващите ги снеговалежи. От слънцето и активната почивка през лятото гумите пера може да са се напукали, изгорели, да са скъсани. Всеки каучуков материал бързо се изхабява, колко-

то и производителите да дават гаранции за качество. Не е необходимо да пускате чистачките на най-бързия режим на работа, за да се уверите, че стъклото не се почиства добре. Ако по него остават мазни следи и недоведени дъждове, то е ясно, че перата са за смяна. Проверете от коя марка са, запишете си размерите им и тръгнете към

специализиран за авточисти магазин. Не рискувайте с чистачки втора употреба или с непроверени марки с цена от по 5-6 лева на чистачка. С оригинални може да се изкара две и повече години, ако ги експлоатирате нормално и не издевателствате върху тях да ви чистят замръзналите на прозореца сняг или обледени блокчета.



N-Ti-Tuss

Хранителна добавка

Биakov сироп при кашлица

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



ECOPHARM

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