


НАП събира дължимото дори и от влогове

на стр. 6



Лекарствата у нас са евтини, но хората плащат най-много

на стр. 16



Започва зимният трансферен пазар

на стр. 30

Наг **700 000** читатели всяка седмица

Брой 45 (79), 3 - 9 декември 2013 г. (год. II)

ЖИВОТЪТ

ДНЕС

Actavis

Светът на модерния човек

Разпространява се безплатно

www.jivotatdnes.bg



Боряна Димитрова, социолог:

Без младите се вселява страхът

Интервю на Галина СПАСОВА на стр. 9

Обсъжда се вдигане на осигуровките

Условията за пенсиониране остават същите.

на стр. 4

Светът търси нови модели за развитие

Икономиката се нуждае от иновации.

на стр. 5

Ще има сняг по празниците

Очаква ни нормална зима.

на стр. 8

Въстанието на Асен и Петър връща България на картата

на стр. 26

8 родни града се борят за културна столица на Европа

По идея на легендарната гръцка актриса Мелина Меркури всяка година два европейски града стават културни столици и така привличат вниманието на творци и туристи от целия свят. Изборът е на Съвета на ЕС след преценка от специално жури.

Още на стр. 24 и 25



Добрият Съсед наблизо!

T MARKET

ЦЕНТЕ СА ВАЛИДНИ ОТ 03-ДО 09 ДЕКЕМВРИ 2013!

0⁹⁹ Цена за плик 250 гр. тарелка	0⁹⁹ Цена за килограм 1 кг	0⁸⁹ Цена за килограм 1 кг
Цели печурки	Портокали	Зелени ябълки
250 гр, тарелка	кг	кг
3⁹⁹ 3.99 лв./кг	15⁹⁹ 15.99 лв./кг	
Охлаждено пиле	Орех суров	
кг, тарелка	кг, насипен	
8⁷⁹ 11.72 лв./л	4⁹⁹ Цена за кутия	
Зехтин "Filippo Berio" Extra Virgin	Бонбони "Merci"	
750 мл	250 гр	

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



ГРИПЪТ ВЕЧЕ НЕ Е ТОЛКОВА СТРАШЕН!

ИМУНИТЕТ
Хранителна добавка
Lacto 4 VIP
Живи лактобацили

ПРОФИЛАКТИКА И ЛЕЧЕНИЕ
Антивирусни препарати

МУСКУЛЕН ТОНУС
NeOx
Масажно масло

ДИХАТЕЛНИ ПЪТИЩА
Хранителна добавка
N-Ti-Tuss
Билков сироп и билкови капсули

ГРИП

виж на www.health.bg

КАЧЕСТВО ОТ **ESOPHARM**

Столичната община и нейните партньори с проект „Социална кухня“

От 2002 г. насам БНП Париба България и Столичната община подкрепят хората в неравностойно положение в България, предоставяйки им топъл обяд през студентите зимни месеци. Започнало по инициатива на служителите на БНП Париба С.А. - клон София, благотворителното начинание, наречено "Социална кухня", успешно помага на нуждаещите се вече 12 години. Новият сезон на Социалната кухня започва на 2 декември 2013 г. и ще продължи до 31 март 2014 г. Във всеки работен ден от този период 1350 човека в неравностойно положение

в София ще получават топъл обяд. Фондация БНП Париба България осигурява допълнително 400 порции за нуждаещите се във Варна в сътрудничество със Социална асоциация "Св. Андрей".

Благотворителният проект се финансира от Фондация БНП Париба - Франция, БНП Париба С.А. - клон София, и служители, и с ценната подкрепа на партньори като Международния дамски клуб - София, Диматекс, Тексар, Алкомет, Екофарм, Делоит, Астра Зенека, СТН, София Франс Ауто, Пластхим-Т АД и частни дарители.



Кметът на София Йорданка Фандъкова и председателят на Фондация БНП Париба България Ханс Бруке подписаха споразумението за новия сезон

Снимка Росен ВЕРГИЛОВ

37 държавни дружества на пазара през 2014-а

Държавата ще продава през следващата 2014 година около 37 държавни дружества. 13 от тях са ключови, а в общата бройка влизат и миноритарни пакети, които всяка година се въртят на централизиран публичен търг, за който няма никакъв интерес. Това обяви председателят на Агенцията по приватизация и следприватизационен контрол Емил Караниколов. Според него първоначалната програма за приватизация за 2014 година е на стойност 217 млн. лева. Шефът на агенцията обаче обяви, че пос-

ледното решение по този въпрос ще вземе правителството.

Сред най-известните държавни предприятия, които предстои да бъдат пуснати на пазара, са Българската фондова борса, Централният депозитар, както и държавното участие в Българския морски флот. Анализ и оценка пък очакват дружеството "Слънчев бряг" АД, за да може да стане ясно какво е останало от него и с какви видове инфраструктура разполага. Такъв анализ не е правен в дружеството от 1994 година.

Все повече българи пътуват в чужбина

Пътуванията на българи в чужбина през октомври са 306,5 хил., или с 8,9 на сто над регистрираните през октомври 2012 г., съобщи Националният статистически институт. Повишен интерес се наблюдава към Чешката република - със 77,5%, Австрия - с 65,5%, Италия - с 54%, Сърбия - с 43,1%, Македония - с 15,1%, и Германия - с 11,5%. Същевременно намаляват пътуванията към Турция - с 12,1%, и Гърция - с 4%. Най-голям относителен дял от общия брой пътувания на български граждани в чужбина формират тези с други цели (гостуване, обучение, посещение на културни и спортни мероп-

рия) - 55,8%, следвани от пътуванията със служебна цел - 23,8%, и с цел почивка и екскурзия - 20,4%. В сравнение с октомври 2012 г. увеличение се наблюдава при пътуванията с други цели и със служебна цел - съответно с 28,7 и 10,2%, докато при тези с цел почивка и екскурзия е регистрирано намаление с 24,1%. През октомври 2013 г. посещенията на чужденци в България са 546,7 хил., което е с 4,3% над нивото от октомври 2012 г. Регистрирано е увеличение на посещенията с цел почивка и екскурзия с 10,3% и с други цели с 2,7%, докато посещенията със служебна цел намаляват с 4,9%.



Хранителна добавка

За допълнителна памет -

Memostore

НОВО

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

Съдържание на една капсула:	
• Уридин	75 mg
• Цитидин	75 mg
• Глутамин	25 mg
• Желязо	1.05 mg
• Пантотенова киселина	0.45 mg

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

ЕСОPHARM

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

В епицентъра на медиите

Новият блок в АЕЦ „Козлогуй“

„Ако все пак ни тласкат към сравнение между „Уестингхаус“ и „Росатом“ - и въпреки че понастоящем не се нуждаем от нови реактори, ще трябва да кажем и следното. Реакторът AP 1000 е считан за нов технологичен връх на „Уестингхаус“ - все пак една добра, утвърдена компания на глобалния енергиен пазар, нали, другари? Докато вие и вашият цар не се потрудиш дори да вземете най-доброто от „Росатом“ - пробутаха ви за Белене (в пакет с тлъстите рушвети) един реактор, правен в началото на смутните 90-те години и нереализиран доскоро никъде, дори и в самата Русия. На вас какво ви пука? Нали децата ви учат и живеят в Западна Европа и в Америка? На нас, останалите тук по-примитивни аборигени, можете да пробутвате ръждясало руско желязо и „вечна дружба“ - по стар ваш обичай, датиращ от времената на „българската секция на Коминтерна“... И да заставете и децата, и внуците ни да го плащат по цени за върхови технологии.“

Огнян Минчев, vesti.bg

„Това, че една (американска в случая) компания иска да спечели от нашето късогледство и от лакомията на ядрената мафия, не означава, че трябва да им признаваме на естествения търговски нагон. Управляващите обаче не се гнусят да представят унижението си като грижа за националния инте-



рес - не за друго, а защото си мислят, че с поклон към „Уестингхаус“ се откупват за проруските си безобразия (като съчастието си в задушаваното заобикаляне на Украйна чрез „Южен поток“). Надяват се също така и да им бъде признато правото на нови свои навеждания пред Москва, спуснати им като указание в задължителния график на Кремъл за троянския му европейски кон.“

Иво Инджев, ivo.bg

„Покрай гъвкавостта на сегашния кабинет обаче не е удобно някак си да забравя въпроса - а какво все пак е нужно на България? Принципно един американски или руски енергоблок в Козлогуй, една паро-газова централа някъде към Варна са абсолютно достатъчни за обозримото бъдеще. Ев-

тино и бързо. Но очевидно не всичко зависи само от волята на малката ни държавица. Докато във вените на България тече руски газ, костюмът ни е произведен в Брюксел, а сме ипотекирани в САЩ, трябва да имаме госта мъдри политици, за да поддържат мирния баланс.“

Емил Спахийски, в. „Труд“

„България стана арена на остър геополитически сблъсък между Русия и САЩ. И очевидно, за да има равновесие, се взима решение за използване на американската технология. Сигурен съм, че това е някаква сделка, двете големи държави са се разбрали и зад нея има нещо. Не може да бъде по друг начин. Но при положение че Русия и САЩ са се разбра-

ли, ние обикновено печелим от това. Разбирателството е по-ефективно и печелившо, отколкото конфронтацията.“

Проф. Атанас Тасев, в. „Стандарт“

„Възторгът на нашия министър е обясним - за човек с неговия скромнен професионален опит посещение в щаб-квартирата на компания от ранга на „Уестингхаус“ несъмнено е вълнуващо събитие. Обаче радостта на Стойнев е така преждвременна и неуместна, че експертите вече пети ден неловко мълчат пред новините, долетели откъд Океана.“

Юлиана Бончева, в. „Сега“

„Образно казано, за да угоди и на двата големи братя, България се превръ-

ща в ядрена проститутка. Ще строи още две ядрени централи, а досега няколко експертизи показва, че има излишък на ток. Също, че нова АЕЦ излиза прекалено скъпо и токът от нея няма да е толкова евтин като досегашния.“

Иван Бакалов, e-vestnik

„Никой не знае какво и как е договорил сегашният министър в САЩ. На аерогара София той заяви, че технологията на „Уестингхаус“ била най-добрата, най-модерната и затова нямамо нужда от конкурс. Реакторът щял да бъде построен с финансиране до 70% от американската Ексимбанк по проект за публично-частно партньорство (наричано от нашия народ „публично-частно разбойничество“). Нормалният въпрос, който хората си задават, е с колко ли са набъбнали личните банкови сметки на самия Стойнев и на неговите шефове - премиера и мандатонисителя, след тази врътка на 180 градуса, с която те удариха в земята преобръщането на своя предшественик Бойко Борисов по темата АЕЦ „Белене“. Ясно е само едно - Стойнев обещава даже държавни гаранции за проекта на фалиралата US корпорация „Уестингхаус“! За АЕЦ „Белене“ държавни гаранции не са необходими. Затова пък от Реформаторския блок и кръгът „Капитал“ квичат от радост.“

Магдалена Ташева, в. „Атака“

ПОСОКИ

Насила хубост



Петър ГАЛЕВ

Отдавна авторитетните специалисти по избори обявиха какво ще стане, ако до урните отидат много повече граждани, отколкото наблюдаваме през последните години. Накратко - всякакви шмекерии като купуване на гласове ще станат практически безполезни, а едновременно месии няма да могат да влизат в парламента с две-три села подгъвани избиратели. Въпросът е дали сме готови пускането на бюлетина да стане задължително. Отговорът е не! Изборната администрация едва се справя със сегашния обем от гласувачи, а представителите си какво би станало, ако към секциите се впуснат всички от списъците. Освен това негласувалите без уважителни причини няма как да бъдат реално санкционирани. Ако държавата може да направи това, нека първо да си събере здравните вноски. Иначе след първите задължителни избори, в които не си гласувал и след това не си понесъл санкции, ще гледаш с иронична усмивка поредния провален законодателен акт. И пак ще си говорим за напъна на планината, която родила мишка. Истината е, че държавата, медиите и лидерите на обществено мнение трябва да вложат много повече усилия и оригиналност в разясняването на ползите от активната гражданска позиция по време на избори. Когато повече хора се убедят, че с гласа си могат да не допуснат в управлението персони и процеси, от които се отвърщават, или обратното - да вкарат в Народното събрание желаните от тях политици, и без страх от глоба, ще влязат в тъмната стаичка.

СТОП КАДЪР



Честит първи сняг!



Снимки Стефан МАРКОВ, Тихомира МЕТОДИЕВА, Булфотом

● Започва дебат за вдигане на осигуровките

Тазгодишните условия за пенсиониране се замразяват и същите правила за най-масовата III категория труд ще важат и догодина, решиха окончателно депутатите при второто четене на Закона за бюджета на държавното обществено осигуряване.

Жените ще излизат в заслужен отпих пак на 60 г. и 8 месеца при 34 г. и 8 месеца стаж, а мъжете - на 63 г. и 8 месеца при 37 г. и 8 месеца стаж. Според реформата на ГЕРБ догодина и двете изисквания трябва да се увеличат с по 4 месеца.

Тези, които не отговарят на изискванията, но имат поне 15 г. осигурителен стаж, ще могат да излязат в пенсия на 65 г. и 8 месеца, както е и сега. Планът на ГЕРБ предвиждаше догодина възрастта за тях да стане 66 г.

Задължителната пенсионна възраст на военните, въведена от ГЕРБ, остана в сила и след окончателното приемане на бюджета на

Замразяват условията за пенсиониране за 1 г.



Въпреки колегните надбавки и предвиденото увеличение на пенсиите с 3% догодина възрастните ще продължат да разчитат главно на финансовата подкрепа на младите

Снимка: Рага ПЕТКОВА

таванът на пенсиите, който е в размер на 35% от максималния осигурителен доход, ще се запази до 2018 г.

Минималните месечни размери на осигурителния доход за самоосигуряващите се съобразно облагаемия им доход за 2012 г. са следните: до 5400 лв. - 420 лв.; от 5400,01 до 6500 лв. - 450 лв.; от 6500,01 лв. до 7500 лв. - 500 лв.; над 7500 лв. - 550 лв. Минималният месечен размер на осигурителния доход за регистрираните земеделски производители и тютюнопроизводители ще е 240 лв. Максималният месечен размер на осигурителния доход ще е 2400 лв. Минимумът за самоосигуряващите се, които не са упражнявали дейност през 2012 г., както и започнали дейност през 2013 и 2014 г. е 420 лв.

Връщат данъка на работещи бедни през 2015 г.

Догодина работещите на минимална заплата ще плащат данък върху доходите си, който в началото на 2015 г. ще им бъде върнат. Тази нова социална мярка бе обявена от премиера Пламен Орешарски на конференция за бедността.

"Въвеждаме не необлагаема на дохода, а връщане на обложения доход. Плоският данък се запазва. Това ще се усети като ефект в началото на 2015 г. след данъчна декларация, която всички граждани подават", обясни той.

Това означава, че всеки месец служителите ще плащат 10% данък върху доходите си, но ще си ги получат обратно в началото на следващата година. Според предварителните разчети новата мярка ще засегне около 462 000 души. Става дума за 200 000, които са на минимална заплата 340 лв., както и тези, които са с доход до 340 лв. В групата са и хората, които се осигуряват на 6 или на 4 часа, уточни социалният министър Хасан Агемов. В момента на пълен работен ден срещу минималната заплата се трудят 357 159 българи. Още 125 402 души пък получават до 340 лв.

"Като се приспаднат

осигурителните вноски, сумата, която реално ще бъде върната, е 10%, или по 408 лв.", обясни социалният министър. Според него мярката е опит за възстановяване на солидарността, тъй като високодоходните групи трябва да подпомогнат тези, които не могат да се справят в кризата. Единият вариант според него е данъкът да се връща за доходи с размер до минималната работна заплата. Другият - да се приеме за граница осигурителен доход около нивата на минималната заплата. Според Агемов вторият е по-добър, тъй като е по-лесен за администриране. Осигурителният доход бил свързан с конкретни лични права и човек щял да се замисли дали да приеме осигуряване на по-ниска сума, ако от това следват по-ниски болнични, майчински и пенсия.

Управляващите обещаха опростена форма за данъчна декларация. Новата мярка няма да налага корекция на бюджета за следващата година, а ефектът от нея ще се планира в държавните сметки за 2015 г. По приблизителни изчисления въвеждането на данъчното облекчение ще струва около 150 млн. лева.

държавното обществено осигуряване в парламента миналата седмица. Не беше даден ход и на схемата за гъвкаво пенсиониране за тези, на които им оста-

ват 24 месеца до пенсия. В бюджета на ДОО нужните за двете мерки, поискани от БСП, 34 млн. лв. не бяха предвидени.

Неофициално вървят

разговори с финансовото

министерство сумата да

бъде осигурена през репуб-

ликанския бюджет. ДПС,

както и ГЕРБ обаче, не спо-

делят тези предложения.

Същото важи и за идеята за замразяване на възрастта и на категориите работници, което също е предвидено в алтернативния пакет мерки на управляващата партия.

В хода на дебата социалният министър Хасан Агемов обяви, че въпросът за тотална смяна на пенсионния модел не е на дневен

ред, но в перспектива ще се мисли за повишаване на осигуровките, които сега не са адекватни на предизвикателствата на системата. Предстои и дискусия за автоматично вдигане на пенсионната възраст според продължителността на живот след пенсия.

Според окончателния вариант на бюджета на ДОО

РЕАКЦИЯ

**КНСБ: Облекчението
да е до 400 лв.**



Пламен Димитров

Данъчното облекчение да е до 400 лв. заплата, а не до 340. Работещите бедни в последните 3 месеца са се увеличили с 80 000 и вече са 1,7 млн. души, което изисква посъществена стъпка.

**БСК: Създава се стимул
за сивия пазар на труда**



Божидар Данев

Подобна промяна в закона е стъпка към неприемлива отмяна на плоския данък, която не е консултирана със съвета за

тристранно сътрудничество. Тя ще увеличи натиска за заплащане на труда на границата на минималната заплата и за непрекъснато административно увеличаване на минималното възнаграждение, както и ще доведе до пряко нарастване на разходите на фирмите за труд при продължаваща стагнация в редица сектори на промишлеността, услугите и строителството, намаляване на конкурентоспособността и увеличаване на безработицата. Чрез този ход се създават стимули за сивия пазар на труда и допълнителен финансов дисбаланс в системите на социалното и здравното осигуряване.

**Кольо Парамов,
икономист: Това е
манипулация**



Това означава: през ноември ви молим да гласу-

вате за БСП през май 2014-а, а ще ви върнем 300 лв. през май 2015-а, т.е. ако има някакъв свръхманипуляционен ефект, управляващата коалиция е намерила себе си в мисълта в търсенето на манипулацията. Много сериозно падение. Не може май 2015-а икономическият ориентир да е изчислен през 2013-а. Ако искаме да махнем този данък, трябва да направим всичко възможно да го махаме. Да заиграваме хората по този начин е нечестно.

**Владимир Каролев,
икономист: Ще има спад
на приходите
в бюджета**



Мярката е много вредна и ще доведе до сериозен спад на приходите в бюджета. Парите за бедните идват единствено от бюджета, а с подготвяното облекчение някол-

костотин милиона ще изчезнат. Работниците, които получават между 340 и 378 лв., като си платят 10% данък, ще получават по-малко нето от този, който взима точно 340 лв. Именно тези хора ще поискат от работодателите си намаление на възнагражденията си.

**Георги Ганев,
икономист: Държат
бедните в зависимост**



Мярката няма да подобри благосъстоянието на най-бедните, а хората се въвеждат съзнателно в заблуждение. Просто държавата излива едни пари - държиш бедните в зависимост, давай им на час по лъжичка, за да гласуват за теб. Още през 2014-а това предложение ще има отрицателен ефект върху приходите. Никой луд няма да се съгласи да получава 360 лв., ще иска 340.



Чавдар КИСЕЛИНЧЕВ,
международен наблюдател

Моделът на XXI век Все още не е намерен

Кардиналният спор за бъдещото икономическо устройство на страните остана без категоричен и еднозначен отговор както през миналото столетие, така и през първото десетилетие на XXI век. Мнозина теоретици и анализатори взимат за сравнение потъналата в тежък недоимък тоталитарна Северна Корея, сравнявайки я с процъфтяващата пазарно-демократична Южна Корея. Тук трябва да си зададем и въпроса главно икономически ли бяха причините за имплозията на СССР, съпроводена със скоротечната смърт на СИВ. На авансцената обаче сега излезе комунистически Китай с неговия държавен капитализъм и зае второто място по брутен вътрешен продукт след САЩ.

В последно време анализаторите, наблюдавайки Китай, предричат в близко време там да настъпи краят на впечатляващото доскоро икономическо развитие на страната, често наричано "чудо". Не е изключено да стане точно така, защото Пекин не успява да пренасочи експортно ориентираната си икономика към икономика на вътрешното потребление. Но веднага искам да напомня случая с японското икономическо чудо, което завърши преди 20-ина години, а Страната на изгряващото слънце зацikli в дългогодишна стопанска стагнация, от която не може да излезе и досега.

Да вземем за пример и западните индустриални

държави. Те повече от пет години са в дълбока рецесия, за която мнозина предричат, че вероятно ще продължи до края на настоящото десетилетие. Ако пък разпадането на СССР преди години се дължеше най-вече на това, че социализмът бе изчерпал жизнените си сили, то относителният икономически упадък на САЩ не предвещава нищо добро.

За повечето икономисти стана ясно, че свободният нерегулиран пазар не е панацея, особено когато води до драматично разтваряне на социалната ножица между бедни и богати. Впрочем това днес го виждаме на практика и в България.

Изглежда, че оптимален вариант на икономическо устройство и развитие



поне засега не е намерен. Продължителната глобална криза кара мнозина икономисти и социолози сериозно да се замислят върху очевидните недъзи на глобализирания капитализъм.

Но да се върнем отново към Китай, където управляващите намират легитимност само благодарение на динамичното развитие на страната. Икономическият волунтаризъм на Мао Дзедун бе заменен с реформаторския прагматизъм на Дън Сяопин. В резултат в продължение на две десетилетия Китай се развиваше с двуцифрен прираст, така че след десетина години се очаква да настъгне и надмине САЩ по БВП. Естествено всяка развита икономика в даден момент навлиза в сво-

ята зряла фаза, когато темповете на растеж спадат до няколко процента годишен прираст.

За САЩ например растежът на БВП, изключвайки сегашния период на рецесия, е около 4%. В Китай дори по време на глобалната икономическа криза прирастът е 7-8% на го-

дишна база.

Освен Китай в света се появи цяла група от икономически възходящи държави, каквито са например Бразилия, Русия, Индия (които заедно с Китай са известни с абревиатурата БРИК). И те не са единствени. За бъдещето на икономическото развитие на Русия не е възможно да се правят дългосрочни прогнози. Защото руската икономика в огромна степен зависи от експорта на петрол и природен газ, пазарите на които са неустойчиви и трудно предвидими. Дали обаче Москва ще успее да диверсифицира стопанството си, опирайки се на своите инженерно-конструкторски кадри и квалифицирана работна ръка, засега остава без отговор.

Не мога да изключа и някакъв смесен вариант на икономическо устройство, при който едновременно се използват предимствата на пазара, от една страна - конкуренция-

та и адекватната реакция на потребителското търсене, и от друга страна, активната намеса на държавата чрез механизмите на регулация, съчетана със социалната защита на обществото. В тази посока модел за подражание ще дадат страните с възникваща и динамично развиваща се икономика. Това, което обаче може да се каже на сегашния етап, е, че оптималният модел на икономиката все още не е намерен. Ще се ограничи само с констатацията, че продължаващата икономическа криза неизбежно доведе и до политическа криза в редица страни на света. Не мога да изключа, че социалната държава с внимателно регулирана икономика, каквато е скандинавската Швеция например, би могла да се окаже най-доброто решение за бъдещото икономическо устройство. Но с извинение за журналистическото клише само бъдещето ще покаже как ще се развива светът.

Къде финансовото бреме за бизнеса е най-леко

Данъчните системи във всички държави се крепят на стари колкото света противоречия. Увеличавайки налозите, акцизите и други финансови тежестти върху бизнеса и гражданите, държавата пълни хазната и има възможност да върне парични средства в джобовете на поданиците си под формата на социални плащания, субсидии и т.н. Едновременно с това обаче нараства сенчесният бизнес, разпространява се двойното счетоводство, създават се фирми еднородни, което нарушава баланса на данъчната система. Затова може би съществуват огромни разлики в данъчните ставки между страните.

Има държави, които са изключително лоялни към фирмите и компаниите по отношение на финансовото бреме върху тях.

Наскоро икономисти съставиха списък със страни-

те, които са данъчен рай за бизнеса.

Първо място заема **Източен Тимор**. Държавата е разположена в Югоизточна Азия и до 2002 г. е била част от Индонезия. Данъчната ставка върху компаниите, развиващи дейността си на територията на страната, е само 0,2%.

На второ място е **Вануату** - островна държава в южната част на Тихи океан. Бюджетът на страната се пълни от селско стопанство, туризъм и офшорни финансови услуги. Тук данъците са 8,4%.

Следва друга островна държава, но в центъра на Индийски океан - **Малдивите**. Известно е, че основният доход на републиката идва от туризма - 28% от БВП. Общата данъчна ставка е 9,3%.

Малко след Малдивите е **Македония**, където данъците са на госта привле-

кателното ниво от 9,7%.

На пето място е **Намбия**, която получи независимостта си през 1990 г. В страната силно е развита добивната промишленост благодарение на залежите от злато, сребро, уран, цветни метали и др. Тук данъчните власти съвсем не са алчни и ставката е 9,8%.

Следва **Катар**, която е една от най-богатите държави в света. Страната разполага с огромни запаси от нефт и природен газ, което ѝ позволява да се класира на първо място по брутен вътрешен продукт на глава от населението. Налозите тук са 11,3%, като няма данък върху печалбата.

В края на рейтинга са **Обединените арабски емирства** с данъчна ставка от 14,1%, **Замбия** с 14,5%, **Саудитска Арабия** също с 14,1% и **Бахрейн** с 15%.



Имаш празника.
Трябва само да
го направиш незабравим.

Създай мечтаната Коледа.

**Взemi своя персонален кредит:
бърз, с прозрачни и гъвкави
условия, до 2500 лв.**

Провидент е международна компания за лично кредитиране по успешен британски модел. Доказателство за това са нашите над 2,4 млн. клиенти в 8 държави, на които помагаме да реализират своите планове и мечти.

**Посрещни възможностите!
Обади ни се сега!**



0700 159 59

PROVIDENT

www.provident.bg

Илияна АНГЕЛОВА

Всяка година НАП разпраща стотици хиляди писма до хора, които не са платили навреме задълженията си към хазната, съобщил Росен Бъчваров, директор "Комуникации" на агенцията по приходите. Ако сте пропуснали да платите в срок данъци или например глоби към различни държавни структури и служби, може да получите и учтиво обаждане, което да припомни задълженията ви. "Използваме подобни методи като колекторските фирми - например колцентровете, които търсят контакт с длъжниците по телефона, но на практика нямаме нищо общо с тях", поясни Бъчваров. Колекторските фирми и частните съдебни изпълнители събират задължения от частно-публичен характер. Държавата има публични изпълнители и свои структури, които изпращат писма и звънят по телефона.

Кризата се отразява на хората и част от тях имат финансови затруднения да платят навреме. Има обаче и друго обяснение - липсата на навици да се плащат данъци, здравни вноски или събираните от НАП глоби. Ситуацията е една и съща всяка година - НАП води над 1,5 млн. изпълнителни дела за най-различни казуси - фишове, глоби на КАТ, съдебната система и други държавни органи, които налагат парични санкции.

При данъците въпросът не е дали, а кога и как да бъдат платени

При финансови затруднения може да се плати на части

При непокрити задължения агенцията има две възможности - да упражнява повече натиск с цел да събере бързо дължимите суми или да изчака, като прави всичко възможно да насърчи хората да платят доброволно. "Натискът може да изглежда разумна стъпка, но неминуемо ще доведе до вълна от фалити. В средносрочен план означава, че няма да има кой да плаща данъци догодина", коментира Бъчваров. Кризата кара НАП да е малко по-гъвкава.

Все по-активно се търси модел, за да могат хората да плащат на части. Сега съществува възможност те да получат разрешение за неотложни плащания. С промяна в данъчно-осигурителния кодекс догодина ще бъде създаден по-лесен начин за разсрочване на задълженията.

Върху неплатените в срок данъци се начислява лихва

Срокът на задължение-



то е фиксиран в закона. Например, ако до 1 май няма плащане по годишните данъчни декларации, задължението е просрочено. На тази дата НАП има всички основания да започне процедура. Длъжниците трябва да имат предвид, че сумата, която не е платена в срок, се облага с лихва - около 10% годишно. Първата стъпка е да се изпрати покана за доброволно изпълнение. В нея е описан произходът на дълга. Дава се двуседмичен срок за плащане и се изброяват възможните стъпки за принудително събиране на дълговете. Преобладаващата практика в зависимост от размера на дълга е още с поканата да се налагат

бързоликвидни обезпечителни мерки - запови върху банковите сметки и вземания от трети лица. Така че има риск, докато чакат второто съобщение, което биха получили едва при образуване на изпълнително дело, хората да изреват, че не могат да теглят пари от сметката си.

Принудителното събиране е сравнително скъп и не особено удовлетворяващ способ - както за държавата, така и за човека. Ако имуществото му бъде описано и продадено, то вероятно няма да се постигне най-добрата цена.

НАП разполага и с много способности за принуда - може да запорира банкови смет-

ки, заплати, да слага възбрана на имоти, автомобили и друго движимо имущество. Има много случаи, когато длъжниците не проявяват разбиране и се стига до продажба на собственост. Средно 16 до 20 млн. лв. от приходите, които НАП събира, са точно от такива случаи.

Единственото жилище е неприкосновено

Има неприкосновен жизнен минимум - той е по списък, утвърден от МС. В него се описва точно върху кои видове собственост и доходи не може да се прави принудително изпълнение. Това е единственото жи-

лище с определена квадратура за нуждите на домакинството, ако то е неподелено, домашната посуда, инструментите, с които човек упражнява професията си, и една минимална заплата месечно. Ако се прави запови за заплатата, това става чрез работодателя. Ситуацията е доста неприятна за длъжника, понеже така за неговите финансови проблеми научават повече хора.

В България има специфична нагласа за плащането на дълговете - "Докато не ме потърсят, защо да плащам", казва още Бъчваров. Държавата се стреми да е партньор и да е разумна в прилагането на принуда, но пък се очаква и едно благоразумно поведение - ако човек има временни финансови трудности, да заяви, че е готов да даде обезпечение, да направи финансов план за погасяване на дълговете на вноски. Трудно е да се поддържа баланс. Ако няма разбиране, се върви до принудително изпълнение. Въпросът не е дали, а кога и как ще бъдат платени задълженията към държавата. Дори на повърхността да изглежда сякаш нищо не се случва, дългът се трупа и може да нарасне съществено, докато бъде платен.



Активис ЕАД - търговската компания на Активис в България, заема IV място в категория "Средни и големи компании" в конкурса "Най-добри работодатели на България 2013". База са резултатите от проучване на Aon Hewitt за удовлетвореността на служителите на компанията. Като най-силни страни на представителството в България

те посочват престижната корпоративна марка, качествените продукти, модерния начин на работа, отличната комуникация, възможността да споделят корпоративните успехи. Изминалата година от сливането на Активис и американската компания Уотсън Фармасютикълс - процес на сложна интеграция между две международни лидерски компании - бе предизвикателство за всеки от нашия екип, казва изпълнителният директор на Активис Илия Пашов.

- Г-н Пашов, резултатите от проучването на Aon Hewitt показват, че служителите на Активис са силно ангажирани, имат нагласа да работят повече дори от очакваното и трайно желание да продължат

кариерата си именно тук. Това са важни оценки за работодателя, но би било интересно в отговор и те да чуят Вашата оценка за себе си.

- Една от най-силните страни на нашите служители е тяхната гъвка-

Успешен екип се гради най-вече чрез взаимно уважение

С Илия Пашов разговаря Микаела Въжарова

вост и адаптивност. Активис има богата история, свързана с много промени, към които служителите ни трябваше бързо и адекватно да се адаптират. Тези процеси са безценна школа за всеки от нас, натрупаните знания са от голяма полза за адекватното и успешно приспособяване към променящите се условия на бизнеса. Да бъдеш най-голямата фармацевтична компания в България и сред лидерите на световно ниво означава, че оценяваме високо най-ценния си актив - хората. Инвестираме в техните лични и професионални умения, мотивираме ги да бъдат още по-активни и гъвкави, насърчаваме процеса на обратната връзка, защото тя е изключително важна за мен и екипа.

- Стана година от сливането на Активис с

американската компания Уотсън Фармасютикълс. Мащабен интегративен процес, който без съмнение иска и нелеки промени в корпоративната политика...

- Подобно сливане на лидерски фармацевтични компании неминуемо налага промяна и в начина на работа, и в корпоративните политики, включително на свързаните с управлението на човешките ресурси. До сливането дейностите по човешки ресурси бяха планирани за 11 000 служители на компанията ни в световен мащаб. Сега за Активис работят над 16 000, което рефлектира в създаването и въвеждането на нова програма за управление на годишното представяне, в нова философия за възнагражденията, в нова система за определяне на нивата в компания-

та на всеки. Нова е и практиката за наемане на нови служители. Всичко ново, свързано с дейността на човешките ресурси, е комбинация от най-добрите практики на двете компании Активис и Уотсън Фармасютикълс. Ползваме и други - световно доказани и ефективни модели, за да получим комбинация, полезна както за всеки служител, така и за Активис като компания.

- От проучването личи силна мотивация у служителите да работят и да се развиват като кариера именно в този екип. Имате ли специална стратегия за задържане на кадрите?

- За нас всеки служител е важен и ценен със своите опит, знания, лоялност, готовност да посреща предизвикателства. Нашата стратегия е "Инвестиция в хората".

Не бих казал, че е специална, но е ясна, дългосрочна, фокусирана и успешна и смятам, че тя задържа служителите ни в компанията. Правим всичко необходимо да даваме възможности за обучение и развитие според спецификата на работата, защото професионалните профили в Активис са много различни.

Изграждането на успешен екип, убеден съм, се дължи най-вече на уважението между хората в екипа. Аз ценя високо взаимното уважение, търпението, гъвкавостта и отговорността у всеки един служител на Активис. Както вътрешнофирмените процеси, така и бизнес средата се променят бързо и ако не си готов да отговориш на промените, резултатът няма да е очакваният. Без лоялността, търпението и адаптивността на нашите служители Активис нямаше да е най-голямата фармацевтична компания у нас и носител на толкова престижна награда.

Пет години след фалита на "Лемън Бразърс" и началото на световната финансова криза професията *банкер* започна постепенно да губи престижа, а и популярността си сред студентите по целия свят. Такива са резултатите от последното международно проучване на базираната във Великобритания одиторска компания „Делойт“. Специалистите обясняват липсата на интерес към позиции в банковата сфера с постоянните обвинения за финансови ма-

шинации, погрешно управление и дори цялата глобална икономическа криза. Анкетирани са 108 000 студенти от цял свят (в проучването не са взели участие българи), според които високото заплащане не може да компенсира напрежението и липсата на възможност за участие на служителите във вземането на решения. "Банкирането има доста поразкламена репутация", обобща Кевин О'Райли от изследващата компания пред телевизия Си Ен Би Си.

Професията банкер губи престижа си по света

● В България мераклиите за позиции във финансовата сфера се увеличават

Мирослава КИРИЛОВА

Динамичният сектор обаче страда от липсата на нови работещи банкови модели. "Хората, които обмислят кариера във финансовата сфера, смятат, че иновациите са важни, но не виждат такива в сектора. Иновациите и творчеството са важни компоненти, пряко свързани с индустрията, като компютрите", заяви Маргарет Дойл, координатор на изследването.

В България интересът към професията и позициите в банковия сектор обаче се увеличава. Според данни на Jobs.bg, ако през април 2011 г. кандидатстващите за длъжности в категория "Банки и кредитиране" са 18 000 в цялата страна, то през септември тази година мераклиите за такива постове са 33 000 души. "Интересът към професията у нас не намалява, защото банковата система в България се отличава със стабилност. Привлекателна страна на работата в банка е сигурността в заплащането на възнагражденията, нещо, което не може да се каже за всички сфери на икономиката, особено в настоящата ситуация на финансова криза, когато в редица случаи служителите не получават заплатите си с месеци", коментира

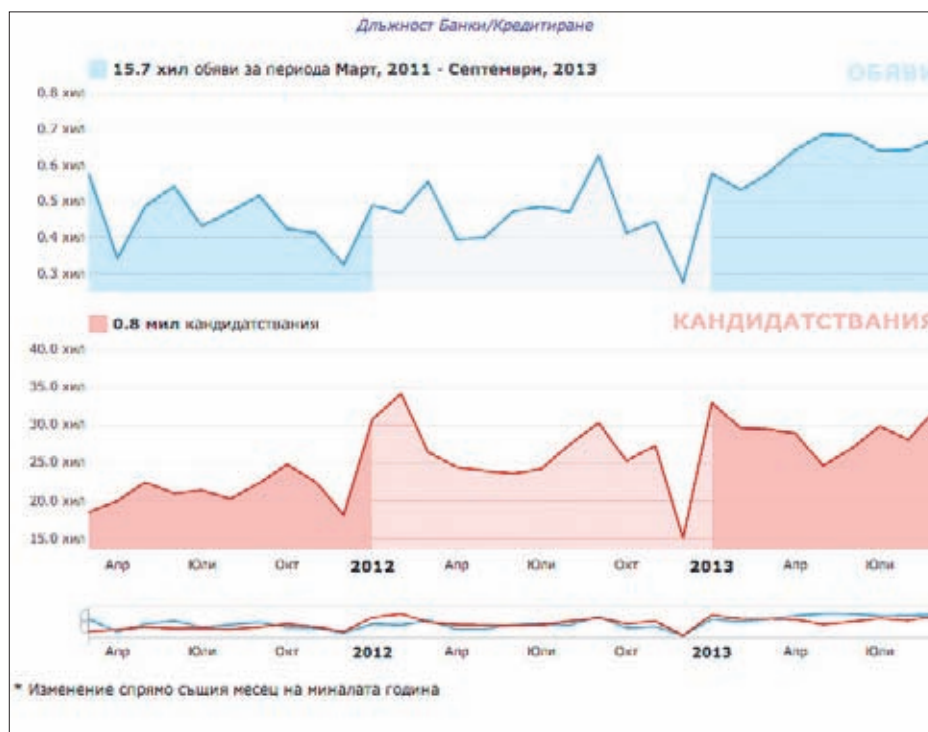
за в. "Животът днес" доц. д-р Виржиния Желязкова, заместник-ректор във Висшето училище по застраховане и финанси в София.

"Към месец септември тази година има около 7% ръст в обявените позиции и кандидатстванията по тях спрямо същия месец на миналата година", каза управителят на Jobs.bg Пламен Вушев. Според него степента на образование е ключова за икономиката и работните места за хората с нисък образователен ценз ще стават все по-малко.

"Учим студентите, че познанията по финанси са необходими не само за да може човек да печели добре в периоди на подем. Той трябва да е способен да се справя във времена на изпитания и кризи. Обучението в сферата на финансите дава добра основа да управляваме по-адекватно живота си. Когато човек разсъждава така, той е убеден, че знанията му са от полза", сподели доц. Желязкова. Според нея младите хора се насочват към кариера в банковия сектор, защото работата във финансовата институция освен много други предимства дава на човек много добър житейски опит. "Те имат възможност да си създават представа за функционирането на икономиката като цяло - банките и застрахователните дружества работят с

клиенти от всички сфери на дейност. И най-вече - когато човек има знания и опит от областта на финансите, дори и след време да реши да поеме по различен път, те ще са му полезни в ежедневието и благодарение на тях той може да организира живота си по-добре", каза заместник-ректорът.

В проучването на "Делойт" особено ясно е представен спадът на интереса на студентите към кариера в сферата на инвестиционното банкиране, известно с оз-



Статистика за длъжностите в категория "Банки и кредитиране" в цяла България. Синята графика е публикувани обяви, червената - кандидатствания по тях. Статистиката е предоставена за в. "Животът днес" от Jobs.bg

Зад Океана продължават вълненията и разследванията кой трябва да понесе отговорността за започването на световната финансова криза през 2008 г. Банковият гигант "Джей Пи Морган Чейс" се съгласи да изплати 13 млрд. долара на американските власти, за да спрат разследване, свързано с дейността му, съобщи Ројтерс. Става въпрос за съмнения за машиниции малко преди началото на икономическата криза. Тогава според властите на САЩ финансовата корпорация е продала чрез дъщерни компании проблемни ипотечни ценни книжа, а след началото на кризата заради тях купувачите им са претърпели значителни загуби.

С продажбата на нацелени облигации "Джей Пи Морган" е довела банковата система до ръба през 2007 г., коментират финансови експерти.

Корпорацията е приела да плати \$9 млрд. глоби и \$4 млрд. в помощ на собствениците на ипотекирани жилища. Нито една компания не е изплащала толкова голяма компенсация на властите на САЩ в рамките на извънсъдебно споразумение. Според условията, записани в него, обаче "Джей Пи Морган Чейс" не се освобождава от наказателна отговорност. Като част от сделката банката ще продължи да сътрудничи в разследванията на определени замесени лица.

ромните бонуси при реализиране на печалби от търговията с финансови инструменти. В ситуация на криза движението на техните цени става изключително непредвидимо и реализирането на печалби се затруднява, коментират експерти в бранша. Ето защо след началото на финансова-

та криза намалява и преслужит на професията в световен мащаб.

У нас понякога "банкери" наричат и най-обикновени чиновници, които работят в банка, а професионалистите на високо ниво са малцина. Доц. Виржиния Желязкова обаче е категорична, че банкер е крупен акционер или

собственик на банка или лице, което управлява банка или банков клон или заема висока длъжност в институцията. "Трябва да се придържаме към тези значения. Банкери са лицата, които носят основната отговорност за дейността на банките и за техните резултати", обобща тя.

EasyCredit

Пари назаем от приятел... ВЕЧЕ И ЗА ПРИЯТЕЛ!

Срещам трудности, пенсията не ми стига..., но синът ми изпрати пари с Иззи Кредит.

СОФИЯ ЯМБОЛ

0700 18 100

без допълнително таксуване

Очакват ни снежни празници

Според месечната прогноза за декември, изготвена от Красимир Стоев от Националния институт по метеорология и хидрология към БАН, в последните 30 дни на тази година средномесечната температура се очаква да бъде около и под нормата. Той уточни, че термометрите в Северна България и високите полета ще показват около 0 градуса, в Горнотракийската низина до 2-3 градуса, по Черноморие-

то и в най-южните райони на страната около 4 градуса. В планините от -5 до -1 градуса. "Месечната сума на валежите ще бъде около нормата, която в по-голямата част на страната е между 30 и 60 литра на квадратен метър, в планините и южните райони между 60 и 120 л на квадратен метър", каза още експертът по метеорология. Казано накратко - чакат ни снежни коледни и новогодишни празници.

вото десетдневие, около Студентския празник - 8 декември, почти навсякъде в страната дъждът ще преминава в сняг.

През последното десетдневие температурите в страната ще бъдат по-ниски от обичайните. Повишена вероятност за валежи предимно от сняг има около 21, 25 декември и в дните в края на месеца. Според сезонната прог-

зовит януари: със средни месечни температури, близки до нормалните или по-ниски, и с месечни количества валеж, близки до нормалните. "Може да се очаква, че януари 2014 ще е по-студен от януари 2013 и ще е с подобри количества валеж", уточни синоптикът. Той се завърна от международен симпозиум за климата и сезонните прогнози, организиран в

да се стряскат с редица апокалиптични прогнози, които не са надеждни за дълъг период от време. Знания и незнания синоптици, които използват различни методи и компютърни модели, за да "изчислят" в дългосрочен план какво ще е времето, често се оказват некоректни и подвеждащи. Такъв е методът на северноатлантическа осцилация според доц. Илиан Господинов. По този показател няколко германски и швейцарски метеоролози заключиха, че на Стария континент ни чака най-студената зима от 100 години насам. Според тях отрицателните стойности на северноатлантическата осцилация - явление, свързано с променливостта на температурите, валежите и честотата на бурно време в Европа, ще са водещи през зимния сезон. Това означава, че западните ветрове са по-слаби и по-слабо устойчиви и зимата в Северна Европа е по-студена и по-суха от обичайното, а в Южна Европа - по-топла и по-влажна. "Трябва да четем такива крайни и категорични прогнози с известна доза скептицизъм, тъй като невинаги са надеждни", коментира събеседникът ни.

Мира ВАЛЕНТИНОВА

Красимир Стоев сподели, че най-ниските температури през декември ще бъдат между -15 и -10 градуса, а най-високите между 8 и 13. Като цяло има голяма вероятност живакът да падне стремглаво през второто и третото десетдневие на последния месец от годината. "Първите десет дни на декември ще бъдат по-динамични и няма да има условия да се развият тези ниски температури, те ще се реализират най-вероятно през втората половина от второто десетдневие, тоест след 15 декември", коментира нашият събеседник. Според него именно тогава ще има условия над страната да се изгради

област от високо налягане, а преди това да натрупва сняг. "Това са температури, които се образуват при антициклонален тип време след натрупване на сняг и така нареченото радиационно изстигане", обясни Красимир Стоев.

В началото на месеца температурите слабо ще се повишат, облачността ще се увеличи, ще има от ново валежи. В Северна България и високите полета предимно от сняг, в Южна България и по Черноморието предимно от дъжд. Към 3-4 декември е добре да обличаме топлите палта, защото се очаква да задуха севернякът, който ще донесе краткотрайна порция застудяване в рамките на две денонощия. От 5 до 10 декември динамиката на атмосферните процеси над Балканския полуостров



ще е повишена. Температурите в страната ще се понижат, облачността ще е значителна. В края на пър-

ноза на доц. г-р Илиан Господинов от департамента "Метеорологични прогнози" в НИМХ ни чака мра-

Белград. Доц. Господинов подчерта, че сериозните експерти в областта са на мнение, че хората не бива



Етажна собственост - проблемите и решенията

Проблем

Решение



Липса или недостъпност до информация на входа за сметките, офертите от доставчици, условията на договорите, за техническите данни за блока и гр.

Домууправителят да сканира документа (офертата, фактурите, договора или друг технически документ) и да го качи в секция **Документи на етажната собственост** в Националната платформа за управление на етажни собственици www.e-dom.bg. Така всеки собственик ще може да ги вижда и консултира винаги когато има необходимост.

Е-Дом е единствената в България публична електронна платформа, работеща в реално време - модерен инструмент за достъп до информация, за контрол и управление на етажна собственост чрез интернет:

- дава възможност за пряка (онлайн) комуникация на съседите в рамките на една етажна собственост;
- осигурява начин за провеждане на онлайн събрания с възможност за дистанционно гласуване;

- дава възможност за двупосочна, лична и групово комуникация между хората в отделна етажната собственост, както и за връзка с общинската администрация;
- системата събира и организира цялата документация на сградата, като всеки живеещ там има постоянен пряк достъп до регистъра чрез интернет;
- дигитализира и автоматизира дейностите на финансовото управление на етажната

собственост, събирателно на пари в рамките на етажната собственост, плащанията на всички сметки към външни доставчици;

• предлага услугите на професионален домоуправител. Колективен ползвател на платформата е-Дом вече е и екипът на Домо-про - компания за професионално управление, стопанисване и поддръжка на етажна собственост в големи блокове, кооперации, затворени комплекси и гр. Можете да им се довери-

те, да направите своя месечен абонамент и да сложите край на съседските кавъзи, на обречените битки с доставчиците на парно, ток, вода, да получите помощ чрез еврофинансиране за саниране/енергийна ефективност - за намаляване на битовите сметки, да нямате грижа за чистотата и реда във вашата сграда.

Експертите казват:

- ако проблемите на етажната собственост са причинени от дезорганизираност и безотговорност, ние предлагаме принципа навреме събрано, навреме платено;
- ако има честни конфликти между собствениците, предлагаме гарантиран достъп до цялата информация за входа, възможност за бърза комуникация между съседите и за решаване на проблема чрез професионалната намеса на домоуправителя;
- ако вашата сграда е неподдръжана и се руши, осигуряваме организация за поддръжката и ремонтите.

В поредица от материали предлагаме на всички потенциални потребители на новите услуги отговора на серия гребни на-

лед въпроси от бита на етажната собственост, които често превръщат съжителството в блока в кошмар.

АНГЕЛИ ПО ПОДДРЪЖКАТА

- СЪБИРАНЕ НА ПЛАЩАНИТЕ ВНОСИ И ПЛАЩАНЕ НА СМЕТКИТЕ
- ПОДДРЪЖКА И РЕМОНТ НА ОБЩИТЕ ЧАСТИ
- ПОДДРЪЖКА АСАНСОР
- ЧАСТОТА
- ПОДДРЪЖКА ОБЩОБЛОКОВО ПРОСТРАНСТВО
- ПРОБЛЕМИ СЪС СЪСЕДИТЕ
- САМНАНЕ

e-mail: office@domopro.bg телефон: (02) 443 80 97

Боряна Димитрова е създател и управляващ партньор на социологическа агенция Алфа Рисърч. Завършила е 9-а френска езикова гимназия "Алфонс дьо Ламартин" в София и социология в СУ "Св. Климент Охридски". Специализирала е във Франция (CNRS - Национален център за научни изследвания, и CEViPoF - Център за изучаване на политическия живот). Ръководител и участник в десетки международни програми в областта на социалните и политическите науки, между които проекти на Европейската комисия, ПРООН, Световната банка, държавни институции и частни компании.

Какви чувства Ви владеят през тези дни и седмици - чисто човешки, извън диаграмите и числа-та?

- Тъжно ми е. Аз съм зодия Овен и по принцип много по-често се мятам между крайностите - от възторг до гняв. Но като виждам колко злъч, клевети, неприязън и отрова се изля върху българските студенти, които не искат нищо друго освен честност, достойнство и морал, ми става страшно. Дори и онези, които задвижиха тази чудовищна машина, би трябвало да си дават сметка, че ако един ден тя победи, това ще бъде най-тъжният ден за България.

- Установявате с проучванията невидим срич на доверието в институциите и авторитетите. Откъде може да дойде енергията да се противопостави на всестранния разпад?

- На първо място, от вътрешното усещане на човек, че не е като онези, на които не вярва. И точно поради това има правото да изисква от тях. Можеш да излъжеш другите, но не можеш да излъжеш себе си. Ако приемеш за своя философията "всички така правят", "нищо не може да се промени", "всеки се изкушава", няма да имаш убедеността да противостоиш и устоиш. За щастие в България все още има острови, където хората се чувстват независими, спазват правилата, уважават благодарение на тях, а не въпреки тях. Те неминуемо раждат съпротивителни сили и енергия, насочени срещу смазващата сила на инерцията и приемането на ненормалното за нормално.

- Възможна ли е ревизия на обществения договор, щом големите пари са вече разпределени? Или е време те да я поискат, защото редът ще им е нужен?

- Сложен въпрос с още по-сложен отговор, тъй като бързо решение няма. Измамните решения на популистите - да се сатанизират всички материално успели, са вредни. Покрай мошениците те убиват и инициативата, знанията, честният труд, желанието за напредък и просперитет. Не е решение и об-

ратната крайност - "хората с парите" да кажат: кой каквото правил, правил, сега започваме по правилата. Защото чувството за несправедливост винаги ще взривява доверието към системата. За мен в основата на ревизията на обществения договор стоят две начала - промяна на системата на образованието, защото то формира ценностите, и на съдебната система - защото тя гарантира, че общността е в състояние да поощрява, но и да санкционира онези, които се отклоняват от базисните ценности, без които тя ще деградира и изчезне.

- Конформизъм, невежество или битов страх правят възможно без войната или катастрофални бедствия да сме в тази мъртва точка?

- И трите, плюс късogleдото и демагогско поведение на политиките, които предпочитат най-бурните и образцови млади хора да напускат страната, вместо да стоят тук и да "им мътят водата". Добре известно е, че отличителни черти на всички млади хора са неконформизмът, любопитството към света, куражът. За последните двадесет години над един милион млади хора напуснаха България. А там, където ги няма младите, там се вселяват и конформизмът, и невежеството, и страхът. И народите започват да се въртят в омагьосан кръг, докато стигнат мъртвата точка.

- Споделете ли мнението, че месеците упорити протести промениха България?

- Напълно. Независимо от това кой ги подкрепя и кой не ги подкрепя, те накарата всеки поне за малко да се замисли каква би била България на протестиращите и каква - България на контрапротестиращите.

- Защо предизвиква яростно раздразнение неоспоримият факт, че се бунтува активната, съзидателната, образованата част от обществото?

- Първо нека да кажа, че у мнозинството от хората бунтът на активната част от обществото срещу подкрепата. Над 50% симпатизират на протестите срещу правителството, 60% подкрепят сту-



Чувството за несправедливост взривява доверието

● С Боряна Димитрова разговаря Галина Спасова

гентските протести. Раздразнение у крепителите на статуквото предизвиква фактът, че тези хора искат неща, които голямата част от политическия елит не могат да дадат - морал, отговорност, отказ от досегашните лични сметки и от взаимното покриване на далаверите. Виждате само колко лесно кабинетът "раздава пари" за сметка на заеми и бъдещо задлъжняване, но не е съгласен да се откаже от нито една от тайните си връзки и зависимости - затова се гразни толкова много от въпроса "кой предложи Пеевски", затова набързо покри аферата Бисеров и пр. Раздразнението идва оттам, че някой си позволява да им търси отговорност, а не бодро да крачи напред и да не иска да знае "какво са направили миналото лято".

- Кой са най-лесно смилемите манипулативни тези за обработка на масовото съзнание?

- Най-лесно смилемите, но поради това и най-опасните манипулативни тези са онези, които се маскират като "факти". Всъщност става дума за псевдофакти, но докато бъдат проверени и опровергани, т.нар. "тези" вече са пуснали отровните си пипала. Ще ви дам пример със здравето, може би най-чувствителната област за човека - "учени показаха, че храната X причинява рак", "една лъжичка... съкращава живота с 5 години" и пр. зловещи заглавия едновременно. Така е и с политиката - "дават по 50 лева за участие в протести", "да-

ват 70 лева за снимки с кръв". Честно казано, не "обясненията", а само здравият инстинкт и разум на хората може да разруши подобни манипулации - че ако давах по 50 лева на протестиращ на вечер, не трябваше ли в бедна страна като нашата тези протести да са не по 1000-2000 души, а по 100-200 хиляди?

- Що за опора са "опорните точки" в нашенски вариант?

- Опора на манипулацията и циничен опит да създадат морално алиби на хората, които искат да защитят една политическа сила, но трябва да го извършат с цената на лъжа. Всеки нормален човек изпитва почти суеверен страх да твърди за един бит младеж, който може да е на възрастта на неговото дете, "че не е наред с главата си". "Опорната точка" се опитва да му внуши, че това е казано някъде "там горе" и поради това няма да е грех, ако го разпространява. За щастие мнозинството от българите не падат до това ниво на цинизъм.

- Протестите срещу властта са всекидневие в демократичните страни, това я държи нащрек. Ние сме уникални с протести "за" властимащите. Както и с това, че няма доволни от живота в България, но има доволни от управлението.

- Абсолютно права сте. Уникално и парадоксално е. Ние даже не си даваме сметка колко смешни и абсурдни сме с този "контрапротест". Представяте

ли си многохияден митинг от привърженици на Обама пред Белия дом в отговор на "окупирай Уолстрийт"? Всяка власт, доколкото държи контрола над легитимното насилие - полиция и армия, има многократно по-голяма мощ от всеки гражданин. Затова във фундамента на демократичните страни е охраната на правото на протест, а не на "контрапротест". Единственото обяснение на този феномен съществува в научната литература за тоталитарните и авторитарните режими, където властта по дефиниция не търси баланс между естествените различия, а чрез феномени като манифестации, митинги и др. под. само демонстрира и препотвърждава силата си.

- Наистина ли българите станаха изведнъж ксенофоби? Очевидно има страх, но от какво?

- Има страх от несигурност. Българите все по-малко вярват на институциите и на съпричастността на околните. Когато се чувстваш изоставен и сам, избухват страховете. Сригват на доверието към институциите, за които ме питахте, води до ръст на несигурността, а оттам и до желание да се оградим от всичко чуждо и различно. Искаме да пътуваме, да учим и работим в Европа, но искаме и някаква магическа ограда, която да пропуска само навън, не навътре. Това е фалшиво решение. Просто трябва да настояваме институциите да си вършат работата, за да живеем в естест-

във фундамента на демократичните страни е охраната на правото на протест, а не на "контрапротест"

веното за XXI век по-разнообразно, но и по-урегено общество.

- Социологията е също своеобразна институция. Но е видима тенденцията и тя да бъде рунирана, опозорена дори. Кому е нужно?

- На онези, които искат на всекиго и на всичко да лепнат етикета "всички са маскири". Удобно е да се живее с тази нагласа, защото, "ако всички са маскири", няма защо да се старая кой знае колко, а и в такава среда лесно можеш да омаскариш всекиго. В известен смисъл това ни връща и към началото на нашия разговор - за енергията на хората, които са усетили силата от това да бъдат заедно. Почтената социология помага тъкмо в това - позволява на хората да видят, че не са сами в усилията и в пътя си. Не знам дали сте се замисляли, че социологическите изследвания са забранени именно в тоталитарните общества - не заради мнението на мнозинството (нашето поколение си спомня, че хиляди хора на първомайски манифестации и че избори се печелеха с 99%), а заради мнението на малцинството. Не 90-те процента съгласни, а 10-те процента несъгласни са проблемът на всяка тоталитарна система. Социологията дава възможност да се чуят всички различни гласове. Тя показва на хората, че не са сами, колкото и малко да са. Затова е важна за тях, но и опасна за управляващи, които са загрижени за охрана на обществения, а единствено на личния си интерес.

Още в древна Елада, люлката на западната цивилизация, Платон го е рекъл простишко: "Деца не бива да се учат с принуда, а с игра". Ученикът на Сократ не е имал предвид обаче произволно забавление, а строго регламентирана игра, провеждана под надзор на преподавател. Платон твърдял, че така децата получават ефективно не само необходимите знания, но и важни социални умения - като например да се съобразяват със зададени норми и правила. Това пък философът отнасял директно към уменията им да станат пълноценни граждани.

Гергана ПЕТКОВА

В следващите столетия образователната игра изпада в забвение, за да се върне на мода в началото на XX век под формата на занимания с карти, гръски, кубчета и т.н. Днес, в ерата на е-комуникациите, децата бързо развиват силна възприемчивост към електронните игри. Учените са единодушни, че този естествен порив към клавиатурата (а при най-напредналите - към тъч скрийна) не бива да всява смут в родителското тяло, а да се канализира в по-

Математиката (не) е маймунска работа



лезни и приятни занимания. Експертите съветват родителите да търсят подкрепата на преподавателите в подбора на подходящи образователни компютърни игри и дори да се научат да играят заедно с потомците си. Това, че мама и татко са склонни да комуникират на техния език, казват специалистите, кара децата да се чувстват по-сигурни, спокойни и с по-високо самочувствие. Компютърните гении от „Майкрософт“ пък споделят, че качествена учебна игра има важни образователни функции, защото се опира на теми и сюжети, които децата биха асоциирали по-скоро със свободното си време, отколкото с училищните задължения.

Висококачествените образователни игри все още са рядкост на българския пазар. Добър пример обаче

е белгийската математическа игра "Маймунски приказки". Издателството за учебна литература "Die Keure" е с традиции повече от половин век, а компанията за компютърни игри "Larian Studios" е лидер в своя бранш с любими на геймърите фентъзи игри, заслужили немалко награди. "Маймунски приказки", плод на партньорството на двете фирми, е разработена с активното участие на методици, педагози, преподаватели в различни училища и университети. В резултат "Маймунски приказки" стана представител на ново поколение образователни компютърни игри, съчетавайки безупречно качествена графика, увлекателен сюжет и доказани дидактически методи.

"Маймунски приказки" е

серия от пет приключенски игри, отговарящи на образователните нива от 1. до 5. клас. Действието се развива във вълнуващ триизмерен мистичен свят, напомнящ на древно Египет - любима дестинация на не един и двама герои от приключенските филми. Сюжетът се базира на всевечния сблъсък между доброто и злото - детето влиза в ролята на Юнак (или... Юначка), който трябва със силата на математиката и логическата мисъл да пребори злосторник, застрашаващ правдата. Злодеят е отвлъкъл екзотична принцеса, а отгоре на всичко похищава невинни маймунки, които детето се налага да спасява (оттам и името на играта). Само когато всички палави животинки са свободни, героят

успява да надвие врага. За да достигне до този съблимен момент, играчът трябва да премине през всички нива. Всяко едно представлява лабиринт, пълен с клопки и препятствия, които тренират логическото и пространственото мислене, и във всяко героят намира маймунка, която го призовава на математически дуел. Ако победи, маймунката става негова и за да е весела и играва, той трябва да я храни с банани, които бере по пътя си. Стигайки до последното ниво, ученикът е доказал, че математиката за този клас не може да му се опре.

Целта на играта е да помогне на децата да тренират и развиват уменията по алгебра и аритметика, които трябва да притежават, като ги въвлече в различни упражнения с нарастваща сложност и намаляващо време за изпълнение.

Тъй като децата имат различни знания и способности, "Маймунски приказки" автоматично се адаптира към конкретния ученик, така че той да се чувства комфортно със способността си да завършва нивата успешно, твърдят от "Larian Studios". Оттам нататък играта постепенно вкарва по-сложни упражнения, като през цялото време контролира представянето на детето и налага трудността си към него-

вия прогрес.

Създателите на "Маймунски приказки" подчертават, че най-голямото постижение на играта, освен иновативната ѝ адаптивност, е фактът, че просто е много забавна. За това е "виновен" Свен Винке, собственик на "Larian Studios" и горд татко на двама малки приключенци. Свен, професионален създател на компютърни игри, обяснява, че е искал да помогне на децата си да се справят по-добре по математика, без обаче те да го заподозрат в такива порочни помисли. За него това било възможно единствено чрез игра, която да бъде не по-малко забавна, вълнуваща и качествена от всяка друга, която фирмата му произвежда. Едва след това идва партньорството с водещия белгийски издател. Този подход към образователните игри печели на "Larian Studios" не едно и две отличия, сред които и приз от престижните награди MEDEA за иновации и дигитални ресурси в образованието в категорията "Най-добър професионален образователен продукт" за 2011 г. Още по-голямо признание обаче е фактът, че "Маймунски приказки" бързо влиза в хиляди училища и домове в държави като САЩ, Великобритания, Холандия, Белгия и Полша, а вече и в България, представена на пазара от издателство "Просвета".

Най-умният колежен подарък

Хем игра, хем знания по смятане за отличен - това е наистина умен колежен подарък, който може да направите на вашия малък ученик. Първите две части на математическото предизвикателство "Маймунски приказки" - "Принцесата на Сундара" за 1. клас и "Приключения в музея" за 2. клас, са вече на пазара. Догодина ще излязат и останалите три части до пети клас включително. Всяка от игрите струва по 17,90 лева и може да се инсталира на два компютъра. Дисковете се продават във веригите книжарници на "Буктрейдинг", "Сиела", "Хермес" и "Хеликон". Още по-лесно е да си ги поръчате през онлайн магазините "Store.bg" и "Мобилис" - ще ви ги доставят направо вкъщи. А ако организирате колективно пазару-

ване за цял клас например и искате да получите добра отстъпка - тогава най-добре е да го направите чрез представителите на "Просвета" във вашия областен град (кои са те вижте на www.prosveta.bg).

Ако сте от София, можете да заведете вашето дете да поиграе безплатно в някой от следните три мола: "Сердика" (в книжарницата на "Буктрейдинг"), в "Парадайз" (книжарница "Хермес") или мол "София" ("Сиела"). Голямо изране ще падне и на традиционния Колежен панаир на книгата в НДК - компютрите ще са на щанда на "Просвета", поканени са всички малки



приключенци.

Вече близо 2000 учители, чиито класове работят

по комплектите на "Просвета", получиха безплатно по един екземпляр от пър-



ва и втора част на играта, за да могат да упражняват с учениците си материала

по аритметика и алгебра. Догодина те ще получат и следващите части - така че попитайте класната на вашия ученик дали вече има "Маймунски приказки" и включила ли ги е в занятията и часа по игри.

ЕЛЕКТРОННИТЕ УЧЕБНИЦИ ЗА 1. И 2. КЛАС - ВИЖ НА

E-UCHEBNIK.BG

ЖИВОТ & ЗДРАВЕ

3 - 9 ДЕКЕМВРИ 2013

Зимата провокира здравето ни

Започна сезонът на респираторните инфекции, но на изпитание е подложена и цялата ни имунна защита. Как да си помогнем

четете на стр. 12

Когато паметта ни изневерява

Какво представлява лекото когнитивно разстройство, какви са симптомите му, как се поставя диагноза и може ли да се предотврати? Отговори на всички тези въпроси ще намерите

на стр. 20

Храните, които ни пазят от болести



Когато температурите паднат, вадим гебелите дрехи. Специалистите обаче не пропускат да напомнят, че е време да преразгледаме и менюто си. Кои храни трябва да присъстват на трапезата ни през зимата ще разберете

на стр. 21

Релакс с парафин



Парафиновата терапия е била известна още на древните римляни, а славата ѝ е стигнала и до наши дни. Повече за лечебния и подмладяващ ефект на парафина ще прочетете

на стр. 22

ВЪВЕЖДАМЕ НАЙ-НОВИТЕ МЕТОДИ В ОРТОПЕДИЯТА

Проф. Евгени Медникаров работи повече от 30 години в Университетската болница по ортопедия "Проф. Бойчо Бойчев", или както цяла България я знае - Ортопедията в Горна баня. Научната и практическата му работа е съсредоточена върху детската ортопедия и всички тежки интервенции в областта на вродените заболявания. Вече 11 години проф. Медникаров е директор на реномираното лечебно заведение, което е и единствената специализирана универси-

тетска болница със 100% държавна собственост. Казва с огорчение - за тези години съм дал над 20 интервюта, винаги казвам едно и също и нищо не се променя. Твърди, че в здравеопазването и сега има много пари, но реформата не се осъществява, здравната карта все се отлага, защото няма политическа воля.



Интервю с проф. Евгени Медникаров четете на стр. 17.

Дори и да са прехвърлили 60-те, за хората не е късно да започнат да тренират, за да си осигурят добро здраве на старини, сочат резултатите от британско изследване. Авторите му от лондонския Юнивърсити колидж са анализирали данните за 3500 души на средна възраст 64 години, наблюдавани в продължение на осем години.

НИКОГА НЕ Е КЪСНО ЗА СПОРТ

Изследователите са установили, че за онези от тях, които са били умерено или интензивно активни физически, вероятността да бъдат квалифицирани като "остаряващи в добро здраве" е седем пъти по-голяма. За индивидите, започнали по-късно да тренират,

шансът да останат здрави с напредването на възрастта е три пъти по-голям. Идеалният вариант е хората да са активни физически през

целия си живот, но полза за здравето има дори човек да започне да тренира по-късно. Ръководителят на изследването д-р Марк Хеймър напомня, че

тренировка не означава непременно потене в залата за фитнес или бягане - дейности като градинарство или разходка също "се броят".

СЛЕД 58 ГОДИНИ ГОРИТЕ ЩЕ ИЗЧЕЗНАТ



Изследване, направено от американски учени от университета в Мериленд, показва, че горите на нашата планета изчезват с чудовищно бързи темпове. Ако темповете на изсичане на дърветата се запазят, след 58 години няма да остане нито една.


Специалистите под ръководството на Матю Хансън са анализирали снимки, направени от сателит на НАСА. За 12 години са се събрали 654 000 фотографии на повърхността на Земята. Оказало се, че в периода 2000-2012 г. са били унищожени гори на площ от 2,3 милиона квадратни километра. Най-много зелени насаждения е загубила Русия - 365 000 кв. км от 8,5 млн.

Комплекс по детско хранене р-н „Люлин“ 1, София


набира абонати - деца за преходна храна на възраст от 10 месеца до 3 г., както и деца, алергични към белтък.


Цена на купона - 1,30 на ден.
Тел. 02/8268572






МРЕЖА ЗА ЛЕКАРИ,
СТОМАТОЛОЗИ
И ПАЦИЕНТИ







- Имате здравен въпрос? Безплатна и точна консултация от специалист получавате в пациентския форум на Credoweb.bg




- Търсите информация за лечебно заведение? Влезте в профила му в Credoweb.bg и разберете всичко за услугите и специалистите в него



- Трябва ви лекар? В Credoweb.bg можете да намерите подходящия и да запишете час при него, без да ставате от компютъра



- След прегледа, ако искате, оценете лекаря или оставете кратък коментар. Така вие изграждате рейтинг на най-предпочитаните медици по специалности и региони



- Новини, интервюта и портрети на водещи специалисти ще откриете в рубриката „Актуално“

СТУДЪТ И ПОСТИТЕ СА ИЗПИТАНИЕ ЗА ОРГАНИЗМА

След необичайно дългата и топла есен зимата настъпва буквално за часове, температурната промяна бе изключително рязка. Започнаха и коледните пости, които все повече хора спазват. Как се адаптира човекият организъм към тези предизвикателства за съпротивителните му сили и как да подпомогнем доброто си здравословно състояние през идните месеци, които се очертават мразовити? Предлагаме ви съветите на д-р Галина Цветкова, общопрактикуващ лекар в ХП ДКЦ, София.

В този сезон преобладават по правило респираторните заболявания, но в амбулаторната си практика се срещаме често и с чревни инфекции. Като цяло началото на зимата подлага на изпитание имунната защита на организма, което е свързано не само с промяната на температу-



Д-р Галина Цветкова

рите, но и с по-различното хранене. На това и нерядко се дължат известни храносмилателни проблеми, дискомфорт, отделно и независимо от актуалните и за този сезон инфекции. От друга страна, респираторните, както и всички инфекции се отразяват допълнително върху общото

състояние на организма и това се отнася както за децата, така и за възрастните. Затова добрият подход е да се предприемат профилактични мерки срещу храносмилателни проблеми, а и адекватно да бъдат лекувани, ако възникнат.

Що се отнася до постите, този период

предполага увеличена консумация на растителна храна, която също би могла да предизвика известни смущения в храносмилането. Така приемът на по-малки количества протеини, и то предимно от растителен произход, може да допринесе за спадането на имунитета. Така че стъпките в посока на укрепването на собствените защитни сили на организма са важни. Много съществено е хората да знаят, че имунитетът е тясно обвързан с доброто чревно здраве. Когато има проблем, дискомфорт в стомашно-чревния тракт, имунитетът спада. Постите са подходящи за хора в добро общо здраве, нямат хронични заболявания - бъбречни, сърдечностдови и т.н. Малките деца трябва да се хранят пълноценно във всеки сезон и затова посте-

нето не е добро за тях. Не бива да постят бременните, както и страдащите от анемия и изобщо от заболявания, водещи до изтощение на организма.

Благоприятен ефект върху чревното здраве оказват пробиотичните препарати. Те стимулират нормалната бактериална флора в организма, повишават нейната жизненост и така укрепват естествения имунитет. Когато хората постят, когато са изложени на повече стрес (каквото представляват и всички заболявания), може да разчитаме на помощта на пробиотиците. При нарушена перисталтика - запек, диария - пробиотичните продукти също имат много добър ефект. Всъщност пробиотиците представляват лактобактерии, които нормално обитават червата, но при изпи-

тания, за които стана дума, те намаляват драстично и затова е подходящо и необходимо да се внасят допълнително в организма. Тъй като, достигайки до лигавицата на червата, те прилепват плътнo по нея и така предпазват от инвазията на болестотворни вируси и бактерии. Т.е. пробиотиците подпомагат, поддържат нормалната чревна флора.

Какво е съществено при избора на препарат

Важно е пробиотичните бактерии да достигнат живи до червата на човека и да са достатъчно жизнени, активни. Стомашната киселина обаче е много агресивна и затова "добрите" бактерии трябва да бъдат достатъчно устойчиви, за да оцелеят, преминавайки през солната киселина в стомашно-чревния тракт. Има съвременни пробиотици, които отговарят на тези изисквания - такъв е например Лакто 4 VIP, съдържащ специално селектирани щамове.

Хранителна добавка

Lacto4VIP

Пробиотик Кансули X 15

Четворна сила

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

Живи лактобацили
Съхранява се в хладилник

ЕСОФАРМ

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

Real Sam (Риъл Саме) спомага възстановяването след леки, 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.

Без странични ефекти!
Без рецепта!

Върнете усмивката на лицето си!

депресия стрес умора безсъние

Произведена от Gnosis Bioresearch - САЩ за Хербамедика ЕООД, тел.: 02/818 48 70, www.herbamedica.bg

ИНФЕКЦИИТЕ С ХИВ СЕ УВЕЛИЧАВАТ

Новите случаи на зараза с вируса ХИВ в Европа и някои азиатски бивши съветски републики са около 131 000 през 2012 г. - увеличение с 8 процента спрямо предходната година. Такива са фактите, изнесени в доклад на Регионалния офис на Световната здравна организация за Европа и Европейския център за превенция и контрол на заболяванията. Според специалистите смяната на посоката спрямо скорошната тенденция за намаляване на заболяванията от СПИН е тревожна. Докладът разкрива увеличение на новите случаи на зараза с ХИВ през миналата година, като победо от тях са в Източна Европа и Цент-

рална Азия. "Високият и увеличаващ се брой на новите случаи на СПИН на Изток е показателен за късна диагностика на заразите с вируса ХИВ, слабо покритие на разходите за лечение и забавено във времето начало на животоспасяващото лечение", се посочва в документа. Над половината от регионалните случаи - около 76 000 нови инфекции с ХИВ, са регистрирани само в Русия. И докато докладваните нови случаи намаляват трайно в Западна Европа с отчетено 48-процентно понижение в периода между 2006 и 2012 г., в Източноевропейския регион, включващ и много бивши съветски републики на територията на Азия, броят на новодиагностицираните хо-

ра със СПИН се е увеличил със 113 процента. Експертите отбелязват, че увеличението е тясно свързано с недостатъчните превантивни мерки за хората, изложени на повишен риск да се заразят с вируса ХИВ, който причинява СПИН.

"Данните сочат, че почти всеки втори човек в региона - това са 49 процента, който е дал положителна проба за ХИВ, е диагностициран късно в хода на инфекцията и незабавно се нуждае от антиретровирусна терапия, защото имунната му система вече е започнала да отслабва", казва директорът на Европейския център за превенция и контрол на заболяванията Марк Спренгър.

НОНИ - тайната на древните лечители

Х Нони (индийска черница) е горчив плод с особен аромат. Толкова е полезен и лековит, че го наричат "древния аспирин". Плод е на вечнозеленото дърво *Morinda citrifolia* и крие в себе си такива вещества, каквито не се намират в никой друг плод или зеленчук на земята. Родина му е Френска Полинезия, но се среща в целия Тихоокеански регион.

От Нони се извлича екстракт, който се прилага в природната медицина, тъй като има разнообразни лечебни свойства. Наричана неслучайно "кralица на



плодовете", индийската черница има изключителни възможности за защита на имунната система. Богата е на витамините А и С, витамин В₃ (ниацин), на минералите желязо, калий, калций и натрий, на фитохимикали, лигнани, олиго- и полизахариди, флавоноиди, на ненаситени мастни киселини, скополетин, катехин, бета-ситостерол и алкалоиди (благодарение именно на алкалоида ксеронин Нони има особено силен положителен ефект за защитните сили на организма). Съдържа и веществото гамма-кантал, известно с противораково действие.

- Покрива необходимостта на организма от минерални вещества.
- Подпомага развитието на мускулите и възпрепятства дегенерацията им.
- Има регенериращо клетките действие.
- Стабилизира цикъла на съня, има отличен ефект при променливост в настроението.
- Има антиоксидантно действие.
- Контролира деленето на клетките, може да играе роля в превенцията на онкозаболявания.

- Засилва имунната система.
- Облекчава болки при менструация, при кисти на яйчниците, съкращава продължителността на маточното кръвотечение.
- Има противовъзпалително действие, намалява алергичните оплаквания.
- Може да представлява разрешение на храносмилателни проблеми.
- Стимулира енергията на тялото, влияе върху производството на хормоните и работата на ензимите.

Съветите на проф. Мермерски:



Грижете се редовно за паметта и доброто кръвооросяване! Важно е!

Моите специални препоръки за рецепти от природата:

Мита Николова, с. Реселец, Плевенско

„Дълги години страдах от високо кръвно. Пиех по 4 вида лекарства, докато не видях билкова рецепта на проф. Мермерски. Добавих малко и от една друга идея и си направих собствено лекарство.“

Ето и самата рецепта: смесват се 400 гр. белен чесън с 3 обелени и изчистени от семките лимони. Всичко това минава през машина за мелене на месо. Слага се в тъмна бутилка, запечатва се с фолио и се оставя на тъмно и студено място за 24 дни. На 25-тия ден е годно за употреба. **За вечер:** в чаена чаша се слагат 2 с.л. кисело мляко, към него се добавя 1 ч.л. от сместа, ½ ч.л. канела, 1 ч.л. мед и 10-15 капки клева тинктура. Разбърква се и се изпива преди лягане. **Сутрин** преди закуска 2 с.л. кисело мляко, 2 с.л. смлени орехи, 1 ч.л. мед, ½ ч.л. канела и 10-15 капки клева тинктура се разбъркват и изиядат преди закуска. И до днес кръвното ми налягане е с показатели 130 на 70“.

Желая Ви здраве и дълголетие!
проф. Мермерски

Моята специална препоръка за продукти от аптеката за добра памет и кръвооросяване:

„Виногин макс“

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



„Виногин Гинко плюс“

С двойно повече Гинко билоба - 200 мг и уникален екстракт от гроздово семе - 50 мг. Допринася за доброто кръвооросяване на мозъка и крайниците (за топли ръце и крака). Подпомага за подобряване на концентрацията, паметта и вниманието. Подпомага сърдечно-съдовата система и намалява риска от образуване на тромби - има мощен антиоксидантен ефект. *На изключително достъпна цена!*



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

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



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

„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, 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, нерядко - 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, вкъщи. 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 парализирах. 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. Трябваше 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 мърдам палците на краката! Казвам си: "Нещо става..." Дойдох едни приятели следобед - тези, които ме караха по София. Викам: "Почнах да си мърдам пръстите на краката." Те се зарадваха толкова много! Четиридесет дена тука умирах! Бях решил по едно време да се самоубия. 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. Трябваше да се говори, да се беседва 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 лъчетерапия 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! 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 усилване 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

REAL SAM-Е ЩЕ ВИ ВЪРНЕ УСМИВКАТА

Животът е прекрасен, но не за всички. Богати или бедни, здрави или болни, депресията във всички разновидности е част от живота ни. Можете да се оставите да ви погуби или да видите отново усмивката си в огледалото и в щастливите очи на приятелите и семейството ви. Трудно е да се справите сами, защото депресията е едно от най-тежките психични заболявания. Посещението при лекар е задължително и обикновено завършва с изписани цветни хапченца. Класическите антидепресанти може и да ви помогнат, но на каква цена - безсъние, полово нemoщ и дори зависимост. Ето и малко статистика:

Около 17% от пациентите страдат от заболяването през целия си живот, като то се наблюдава почти два пъти по-често при жените, отколкото при мъжете.

Въпреки нарастващия брой на регистрираните антидепресанти и увеличаването на броя на хората, търсещи антидепресивно лечение, много пациенти се оказват неподатливи, като показват липса на повлияване или само частично по-

лияване след достатъчно на брой опити с антидепресанти.

Между 19% и 34% от пациентите с депресия все още не се повлияват от агресивното лечение с антидепресанти. Много от тях може да не успеят да постигнат и поддържат пълна ремисия, а между 15% и 50% ще имат повторна поява на депресия въпреки продължителното лечение.

Не бъдете част от тази статистика! Real SAM-е (Риъл САМ-е) ще ви помогне!



Открит през 1952 г. от италиански учени, след повече от 40 години, през които се използва в Европа, SAM-е остава най-безопасният, активен и ефективен антидепресант, който познаваме.

S-адеинозил-L-метионин (за по-кратко - SAM-е) е биологична съставка, която се открива в абсолютно всяка жива клетка в човешкото тяло, като засяга нейните функции, стабилност и активност. S-адеинозил-L-метионин е ключов за общия метаболизъм, като служи за основен донор на метила за метилирането на различни клетъчни съставки.

SAM-е се синтезира като част от многостепенен път, включващ витамини, фолиева кисели-

на и витамин В₁₂. Той активно участва в синтеза на ключовите невротрансмитери серотонин, норепинефрин и допамин. Показано е, че дефицитът на тези невротрансмитери играе роля за развитието на депресия и други разстройства на психиката. Приемът на SAM-е увеличава синтеза на невротрансмитерите, което от своя страна го прави ефективен антидепресант.

След дълги години, през които европейските лекари и изследователи изтъкват неговите предимства, Министерството на здравеопазването и човешките ресурси на САЩ завърши щателен преглед на предишни изследвания и клинични проучвания по темата.

Официално беше обявено, че SAM-е доказва своята ефективност и здравни претенции и е буквално лишен от

ФАКТИТЕ

- Всяка година около седем процента - между 13 млн. и 14 млн. души, ще получат депресивно разстройство.
- От тези, които развиват заболяването, само около 20% ще получат адекватно лечение.
- Около 16% от възрастните ще страдат от депресия в някакъв момент от живота си.
- Около 97% от тези, които са диагностицирани с депресия, съобщават, че тяхната работа, дом, живот и взаимоотношения страдат в резултат от заболяването им.
- Депресията увеличава четири пъти риска човек да умре в рамките на 6 месеца след прекаран сърдечен удар.
- Показано е, че депресията отслабва имунната система, което прави тялото по-податливо на физическо заболяване.
- Депресията при жените се появява най-често на възраст между 25 и 44 години.
- Мъжете, наскоро диагностицирани с депресия, са с двойно повишен риск от сърдечносъдови проблеми през следващите пет години.
- Проучванията показват, че през последните години появата на депресия настъпва на по-ранна възраст.
- Момчетата, влизащи в пубертета, страдат от депресия два пъти по-често от момчетата.
- Деца с депресия е много вероятно да имат фамилен обремененост с тази болест.

странични ефекти.

Real SAM-е е произведен посредством патентована технология на естествена ферментация, осигуряваща 100% активни S, S, SAM-е изомери. Real SAM-е под формата на устойчиви ентерични таблетки, поставени в блистери, предпазващи чувствителната SAM-е суровина от атмосферно въздействие и

стомашна киселинност.

Произведено от Gnosis Bioresearch - САЩ за Хербамедика ЕООД, гр. София, ж.к. Бъкстон, ул. Иван Сусанин № 45, вх. Б, ет. 3, www.herbamedicabg.com

Real SAM-е (Риъл САМ-е) може да се закупи от аптечната мрежа в цялата страна.

„СИРИУС-Д“ МИ ПОМОГНА ДА ИЗБЕГНА ОПЕРАЦИЯ НА ТАЗОБЕДРЕНА СТАВА

Полк. Милчо Кирков,
бивш зам.-началник на ВМИ

Преживях инцидент в началото на 2010 г., в резултат получих и тежка дископатия. Лекувах се месеци наред, но без резултат. От направения ядрено-магнитен резонанс по препоръка на ген. доц. Румен Златев излезе, че имам асептична некроза (разпадане на костта), препоръчаха смяна на дясната тазобедрена става. Вероятното бъдеще с патерици, неподвижност и продължителни болки бяха за мен силен стрес, бях до голяма степен наясно с прогнозата на заболяването ми. След серия консултации с най-добрите у нас специалисти получих цялата необходима информация за всички възможности и новости, свързани с решаването на моя случай. Спестих си доста лутане, различни опити и грешки, обърнах се за консултация към проф. Димитър Димитров, работил близо 50 г. във военна болница - виден учен, създател на много нововъведения в медицината. По негово препоръка започнах да приемам създадената от негов екип хранителна добавка "Сириус-Д". След 2 месеца неподвижност се

раздвижи първо с патерици, на шестия месец те вече не ми бяха нужни. Бях възстановен, потвърдиха го и изследванията. Операция не се наложи.

Оказа се, че добавката е спасила и очите ми - страдах от глаукома. След няколко месеца прием на "Сириус-Д" за ставната травма при рутинен преглед очният ми лекар установи, че вътреочното налягане е в нормата. Според свидетелството на г-р Димитров при много пациенти е налице възстановяване след инсулт, инфаркт, при болки в колене, кръст, травми, бъбречни заболявания и други. Трябва да се има предвид, че при по-възрастните хора възстановяването е по-бавно, уточняват от фирмата - генерален представител на производителя "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".

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 Мариголт 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,
(Разгонен 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



Илияна АНГЕЛОВА

У НАС ЛЕКАРСТВАТА СА НАЙ-ЕВТИНИ, НО БЪЛГАРИТЕ ПЛАЩАТ НАЙ-МНОГО

Всеки аптекар е срещал болни, които се отказват от медикаменти, понеже не могат да си позволят да купят всичко, което лекарят е изписал. Въпреки че цените у нас са едни от най-ниските в Европа, българите плащат средно две трети от тях. Затова медикаментите се оказват недостъпни за победните хора. Със сигурност има какво да се подобри в лекарствената политика, но опитите цените да бъдат свалени само с административен натиск водят до изтеглянето на някои евтини продукти от българския пазар, каза Юлиан Узунов от аналитичната фирма "Топ мениджмънт адвайзърс" пред credoweb.bg. Така пациентите или касата трябва да прибегнат до по-скъпи заместители. В онкологията от около година например липсват някои от най-евтините лекарства. У нас само за 12 месеца са изтеглени 200 продукта по данни на Агенцията по лекарствата, сред тях скоро може да попаднат и някои базови терапии. И сега болни хора са принудени да си поръчват липсващи у нас медикаменти от чужбина и да плащат за тях по-скъпо.

Как се контролират цените на лекарствата в България

В целия Европейски съюз действа референтна система за сравняване на цените на лекарствата, пояснява Узунов. Повечето са свързани помежду си. България също е референтна страна за Румъния например. Това означава, че там те не могат да се продават по-скъпо, отколкото у нас. Понеже ние имаме правилото да държим най-ниската цена от 12 държави, в България медикаментите са с едни от най-ниските цени в Европа. Става дума за продуктите, които се отпускат по рецепта, включително тези, които се заплащат частично или напълно от НЗОК. Цените на лекарствата без рецепта се регулират от пазарни механизми, но там конкуренцията е голяма и производителите и търговците се



Юлиан Узунов от аналитичната фирма "Топ мениджмънт адвайзърс"

надпреварват да правят промоции.

В Гърция има дефицит на много медикаменти

Големият проблем на действащата сега система е заблудата, че само с натиск може да се принудят производителите да дават ниски цени, коментира експертът. Резултатите от намесата на държавата по този начин са трагични. Пример е съседна Гърция, където през последните няколко години има агресивна държавна намеса в цените. Там се усети жесток дефицит на много медикаменти. Държавата налага изключително ниски цени като административна мярка. В резултат на това, за да си осигурят лекарствата, пациентите трябва да ги купуват в чужбина на много по-високи цени или пък болниците трябва да предложат алтернативни медикаменти, които често са по-скъпи. Практиката и у нас показва, че всеки опит за прекален ценови натиск води до рязко оскъпяване на разходите за лечение от страна на НЗОК. Освен това определени групи пациенти се лишават от терапия, защото не успяват сами да си я осигурят. Да не говорим, че при такава политика някои от най-ефективните нови лекарства изобщо не достигат до България.

Друг пример за прекалена държавна намеса:

във Венецуела например много често липсват паста за зъби и тоалетна хартия. Причината е, че правителството определя на какви цени да се продават тези стоки и в резултат те изчезват от пазара. Същото се случва в Гърция и у нас с лекарствата. Това, което популистки настроени журналисти и политици не казват, е, че алтернативата не е по-скъпи или по-евтини лекарства, а утвърдената най-ниска цена за ЕС или пълната им липса, посочва Узунов.

В България е възможно някои лекарства за кратък период да имат по-висока цена от някоя друга страна в ЕС - преди да се задейства механизъмът за рефериране.

ресивна протекционистка политика - дава предимства на родните производители, което е невъзможно в ЕС. Чуждите фирми, които се опитват да работят там, трябва да заложат много ниски цени, но това е нормално за такъв голям пазар.

У нас периодично някои медици излизат с твърдения, че лекарствата са скъпи. Често популистки се твърди, че виновни за това са "алчните" фармацевтични фирми. Истинската причина е липсата на дългосрочна лекарствена политика, смята Юлиан Узунов. Нито един политик през последните години не предложи трайно решение на проблемите. Вместо това се прие

ристрастен механизъм, който казва как да се направи, нещата винаги са изкривени, независимо в чия полза. Управляващите от доста години разчитат единствено на абсолютно безсмислен и самоцелен натиск върху цените, който усложнява живота и на касата, и на пациентите и в крайна сметка не води до по-ниски общи разходи", коментира Узунов.

Лекарствата за ракови заболявания са сред най-проблемните. Преди време здравното министерство организираше централни търгове, но после те бяха прехвърлени към НЗОК. Сега търговете се правят от болниците, които лекуват онкопациенти, и се получиха аномалии при

никата поръчка 50, а не 500 опаковки, и никой не може да даде много ниска цена, ако не е сигурен, че ще пласира всичко, предвидено за България.

В момента има идеи за връщане на централизираните търгове. Ако това се направи, не трябва да има връщане към министерството, защото това не е негова работа. Във всички случаи здравната каса трябва да осигури открит и безпристрастен механизъм, който да не позволява нейното източване, но и да бъде достатъчно гъвкав, за да балансира интересите на производители и пациенти.

Какво трябва да се промени

На първо място, системата трябва да се управлява от опитни и компетентни хора, които да мислят за дългосрочните последици, посочи Юлиан Узунов. Постоянната смяна на кадри в здравеопазването води до появата на нови хора в политиката. Те може да са прекрасни лекари, но постът им изисква значителен административен опит и познаване на сложните механизми на фармацевтичния сектор. Второ, България никога не е имала лекарствена политика, т.е. генерална стратегия. Когато правилата са ясни, ще се постави и правилният въпрос: не колко струва едно лекарство, а каква е неговата ефективност. В Европа вече говорят за оценка по здравни технологии. Какво означава това? Не се търси колко струва една опаковка или дори курс на лечение, а какви са дългосрочните ефекти от дадено лечение. "У нас се подхожда по най-примитивния начин: да натиснем цените на лекарствата и така може да постигнем положителен ефект върху икономиката! Това е неразумно", добави Узунов.



Не бива да вземаме примери от Сърбия, Македония и Турция, които са извън ЕС и правилата там са коренно различни. Турция е голям пазар от 75 млн. души, 10 пъти по-голям от българския. Здравните фондове покриват над 90% от разходите за лекарства, а не както у нас - около 40%. На производителите се гарантира плащане за големи поръчки. Всеки знае, че за цената има значение дали се продават 1000 или 10 000 опаковки. Страната има аг-

политика на индивидуално договаряне с фирмите. "Моето наблюдение от 20 г. показва, че при индивидуално договаряне не се постигат значими резултати. Министри се скъсах да обявяват, че са постигнали намаление при 100-200 или 300 лекарства. Отстъпките може да са 5 ст., но и тези продукти бяха включени в списъка с "намаленията". Няма общ анализ на постигнатия резултат. Каквито и отстъпки да са направени, ако няма единен без-

цените. На централния търг цените бяха много конкурентни, защото държавата купуваше голямо количество от едно лекарство и гарантираше на производителя, че ще купува само от него (нещо като едногодишен монопол). След промяната на системата се оказа, че болниците плащат по-скъпо за генерични продукти (произведени след отпадане на патента), отколкото са били оригиналните преди време. Няма и как да бъде иначе, защото кли-

Проф. Медникаров, колко операции се правят годишно в болницата?

- Някъде между 2500 и 2800. Продължаваме да извършваме най-сложните оперативни интервенции в областта на ортопедията и травматологията - такива, които или са отказани на други места, или са направени не особено добре, което налага ние да реоперираме. А финансирането на това лечение излиза на болницата доста повече, отколкото НЗОК плаща. С течение на времето по чисто икономически причини започваме да редуцираме броя на леглата, броя на персонала - тъй като клиничните пътеки от седем години не са актуализирани, а средствата за всички медикаменти и консумативи, включително и за заплати, постоянно нарастват.

- Може ли да се дойде за консултация в болницата?

- По закона за лечебните заведения не е разрешено да имаме договор с НЗОК и за доболнична помощ. Затова бяхме принудени да създадем дъщерно дружество на територията на болницата, което работи с НЗОК по доболничната помощ. Но ние не можем да правим контролни прегледи, освен тези, които ни задължава Националният рамков договор, нито прегледи на пациенти, които биха искали да бъдат консултирани от наши колеги тук, освен срещу заплащане. От много години предлагаме да се възстанови възможността на лечебните заведения да работят с касата и като доболнична помощ. И ако човек иска да си прегледа например ръката, да може да бъде приет от съответния колега с направление за преглед, талон №3. Сега няма право.

- Споменахте, че тук се извършват най-сложните оперативни интервенции. Кои са те?

- Това е единствено в България място, където е структурирано отделение по онкоортопедия, за злокачествени заболявания в областта на опорно-двигателния апарат. Това са и хора, които имат нужда от най-сериозни грижи и от най-тежките оперативни интервенции, понякога свързани с ампутации и

НАШАТА МЕДИЦИНА ЗАСЛУЖАВА ДОВЕРИЕ

● С проф. Евгени Медникаров разговаря Галина Спасова



т.н. Но болницата не получава никакъв бонус за това, че извършва тази дейност единствена в страната. И слава богу, че най-често колегите изпращат пациентите при нас, защото има и други случаи - в желанието си да усвоят т.нар. клинична пътека в някои лечебни заведения извършват интервенции, които не само не подобряват, но и в голяма степен влошават и забавят лечебния процес, което за онкоболните е решаващо.

Ние извършваме най-съвременните органосъхраняващи интервенции с въвеждането на индивидуални изкуствени стави, които са достатъчно обемни и обхватни, за да могат да "покрият" поразената от злокачествения процес част от костта. Говорим за индивидуални изкуствени стави, в областта на горния крайник също. Освен това в болницата се извършват най-съвременните интервенции в областта на детската ортопедия, хирургията на гръбначния стълб, хирургията на горния крайник и ен-

допротезирането.

- Ендопротезирането ли е голямото постижение в ортопедията?

- В последните години то е вече рутинна интервенция при артрозни промени в долните крайници, които преди време трайно инвалидизираха пациентите, без да имаме възможност да им помогнем. Те понякога завършваха живота си в инвалидна количка поради болка, немош и невъзможност да използват крайниците си. Сега поставяме около 800 ендопротези годишно - и коленни, и тазобедрени.

А при онкоортопедичните заболявания по правило прибегвахме до ампутация, и то доста несъхраняваща, защото, за да се стигне до място, което не е поразено, трябва да се ампутира по-голяма част от крайника. Сега вече успяваме да слагаме тези индивидуални изкуствени стави, като премахнем, разбира се, всички патологични процеси в костта или в меките тъкани, които са ангажирани.

- Напредналата въз-

не при такива болни.

- Смята се, че ортопедията е сред най-конкурентоспособните медицински специалности у нас в момента. Как се обяснява?

- Комплексно е. Нашите учители бяха на "ти" с всички световни постижения в областта на ортопедията и травматологията за онова време, успяха да развият сериозна школа в България. Като техни наследници се стремим и успяваме да следим и участваме в почти всички световни форуми, да въвеждаме много бързо най-новите методи, които колегите по света реализират. Проблемът ни е единствено в големия ресурс, който изисква нашата дейност. Всички изкуствени стави, имплантите като част от съвременното лечение в ортопедията и травматологията, са свързани с пари. Касата покрива частично тазобедрени и коленни ендопротези. А при модерно лечение, изискващо прилагането на определен вид плаки, които по-бързо, по-качествено да възвърнат пациента в неговото нормално физическо състояние, той трябва да плаща сам.

- Въпреки класата на нашата ортопедия сякаш още се робува на мита - по-добре да се отиде в чужбина.

- Това е точната дума. Нещо повече. Има комисии за лечение в чужбина. Ние даваме становище доколко можем да се справим и доколко не. В много малка част от случаите препоръчваме лечението да се проведе в определени центрове в Европа. Българите обичат да се лекуват в чужбина, нямат особено доверие на родната медицина. Но пък е добре, когато се дават на пациентите доста средства, от порядъка примерно на 30 хиляди евро за лечение, да има законен механизъм същата комисия да прецени доколко лечението е успешно, доколко там са въведени нови методики, които тук не могат да се използват. А не да е водещо само же-

Трябва да се увеличи превенцията, профилактиката, да се подобри качеството на живот и да не се налага "да си сменяме частите"

раст пречка ли е за ендопротезиране?

- Доста разширихме показанията, особено при счупвания в старческата възраст, над 80 години. Преди това не се препоръчваше интервенция и тези възрастни хора оставаха на легло до евентуалното срастване или най-малкото стабилизирането на мястото на счупването. Но такова продължително обездвижване нерядко завършва фатално за пациента. Сама по себе си възрастта не е пречка, но много често тя се съпровожда от сериозни заболявания и тогава рискът за живота на пациента от оперативна намеса е много голям. Само това е причината да се въздържа-

ланието на пациента да отиде в чужбина просто поради все още неотмърлято кореконско мислене.

Всеки се блъзни от битовите условия в западноевропейските клиники и от по-добрите грижи от страна на средния медицински персонал. Но тук трябва да разделим компетентността на лекарите, която е на европейско ниво, от битовите условия и грижи - там безспорно отстъпваме. Но това зависи само и единствено от финансовите средства. Когато една сестра получава в България 600 лева, а навън, условно казано, 1500 евро... А има и недостиг на кадри - колкото и пари да се дават в момента.

- Съвременният човек не прехвърля ли прекалено много свои отговорности на медиците - да възстановят здравето, да "ремонтират" тялото почти както се поправят колата в сервиза?

- Трябва да се увеличи превенцията, профилактиката, да се подобри качеството на живот и да не се налага "да си сменяме частите". Защото Създателят ни е дал едно доста добре моделирано устройство, което ние малко или повече съзнателно с някои вредни навици амортизираме прекалено. И желанието ни да използваме тялото си бързо да реализираме някакъв финансов ресурс - защото това обикновено е цената - много често довежда до неговото увреждане. На първо място е стресът, който се отразява и на опорно-двигателния апарат. Обездвижването на хората. Физическото усилие (не говоря за екстремални натоварвания) е добро за организма. Поне 9 часа трябва човек да отдели всекидневно за работата върху тялото си. Достатъчно е да се ходи продължително време, да се разделим за малко с автомобила, да караме колело, дори вкъщи да направим елементарни упражнения на отворен прозорец, вместо да легнем пред телевизора.

Всеще говорим за метода инвитро като за нещо ново, но едва ли някой допуска, че през 2013 г. се отбелязват 25 години от първата инвитро процедура в България. Тя се осъществява благодарение на доц. Атанас Щерев и неговия екип. Следвайки своето призвание да дарява живот, през 2003 г. доц. Щерев събдва мечтата си и открива собствена специализирана АГ болница. Днес, 10 години по-късно, лечебното заведение се развива в многопрофилен медицински комплекс за семейно здраве. Предлага пълни грижи по линията "семейно планиране - женско и мъжко репродуктивно здраве - зачеване - проследяване на бременност - раждане - следродилна рехабилитация - педиатрично проследяване - специализирани медицински прегледи за цялото семейство". Комплексът разполага с разширен диагностично-консултативен блок със специализирани кабинети по педиатрия, ендокринология, урология-андрология, превантивна медицина и гинекологична онкопрофилактика, мамология, неврология, физиотерапия и ре-

РАДОСТТА ОТ НОВИЯ ЖИВОТ

● Медицински комплекс „Д-р Щерев“ предлага специализирани грижи от зачеването през раждането до следродилното възстановяване



хабилитация и др.

В своята болнична част Медицински комплекс "Д-р Щерев" разполага с отделения по акушерство, по оперативна гинекология с фокус към ендоскопската хирургия и по асистирана репродукция. Специално внимание е отделено и на развитието на регенеративната медицина - обособени са високотехнологични специализирани крио помещения и лаборатории за научни проучвания и практическо приложение на

стволови клетки.

Лечението на безплодие и приложението на асистиран репродуктивни технологии са едно от направленията, които се развиват интензивно в разширеното лечебно заведение. През 2013 г. инвитро лабораторията въвежда последно поколение оборудване за прилагането на три нови методики за повишаване на успеваемостта при инвитро - ембриоскопия, spindle view и IMSI. Благодарение на

нововъвежданията през последното десетилетие "Д-р Щерев" повишава в пъти успеваемостта при диагностициране като намален яйчников резерв, повтарящи се имплантационни неуспехи, т.нар. мъжки фактор и др.

Освен върху репродуктивното здраве сериозни инвестиции са насочени към развитието на сектор по пренатална медицина. В него се прилагат възможностите на съвременната медицина за качествен пренатален скрининг и специализирани фетални (на плода) изследвания. Извършва се собствен биохимичен скрининг, който включва ултразвуков преглед заедно с кръвна биохимична проба за установяване на риск за хромозомни аномалии (синдром на Даун, тризомия 21, Патау и др.). В рамките на 24 часа пациентката извършва високоспециализирано ултразву-

Вниманието и грижата, предлагани в Медицински комплекс "Д-р Щерев", продължават и след раждането. В новооткрития педиатричен кабинет се извършват неонатологично проследяване и педиатрични консултации на новородени и бебета от 0 до 12 месеца, на подрастващи от 1 до 3 години и на деца от 3 до 7 години. Грижата за майките също не е пренебрегната - за тях са разработени уникални за България абонаментни пакети за следродилно възстановяване и възвръщане на добрата форма. Те включват процедури по кавитация, велашейп, радиочестотен лифтинг, лечебна гимнастика и други. Чрез тях родилите наскоро жени бързо и лесно могат да възстановят своята добра фигура отпреди раждането.

ково изследване и получава резултати от кръвната биохимична проба за комбиниран риск, които се консултират лично от специалист по фетална медицина. В сектора по пренатална медицина на болницата се прилага и биохимичен скрининг при близнаци - досега таква изследване не се предлага в друго лечебно заведение в България. Допълнително се извършват високоспециализирани ултразвукови изследвания за фетална морфология 3D/4D, фетална ехокардиография (изследване на сърцето на плода) и други. При ви-

сокорискови пациентки за раждане на дете с аномалии се извършват както инвазивни изследвания като хорионбиопсия и амниоцентеза, така и модерни неинвазивни тестове за изследване на фетална ДНК. Всяка бременна жена се подлага и на високоспециализирана гинекологична и ултразвукова диагностика на маточната шийка. Чрез нея има възможност за ранно сигнализиране при опасност от преждевременно раждане, прееклампсия и други рискове за загуба на плода.

URO COMFORT

Хранителна добавка

Благоприятно повлиява функцията на пикочните пътища
За комфорт по всяко време



Познатите на много поколения уникални свойства на



**американската
червена боровинка,
преоткрити днес**

ESOPHARM

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

ПРОЕКТ В ПОМОЩ НА ДЕЦАТА СЪС СЪРДЕЧНИ ПРОБЛЕМИ

Всяка година в България се раждат 500 деца със сърдечни малформации. Това е и най-честата причина за заболяемост и смъртност във възрастта до една година, съобщи доц. Маргарита Цонзарова, председател на асоциацията "Детско сърце" и началник на Клиника по детска кардиология в Националната кардиологична болница. Половината от малките пациенти трябва да бъдат оперирани през първата година от раждането, а при други 20% интервенцията се налага още през първия месец.

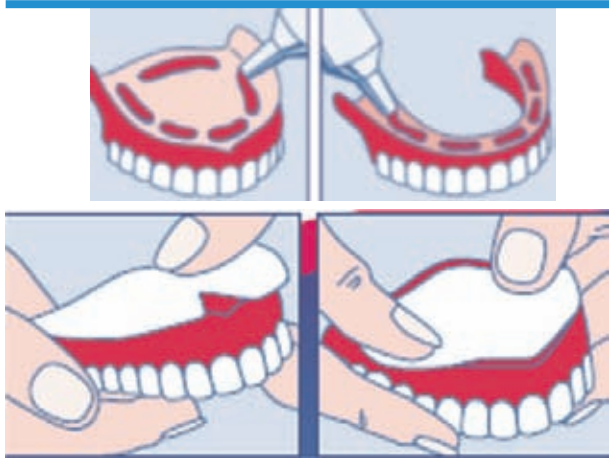
Възможностите на съвременната медицина позволяват да прилагаме адекватно лечение, но впоследствие децата изпитват сериозни проблеми с интеграцията в обществото, коментира специалистката. Според различни проучвания хроничните заболявания водят до продължителна изолация и редица психологи-

чески проблеми, които сериозно затрудняват социалната интеграция на децата. Това оказва влияние върху техния по-нататъшен живот - наблюдават се нарушения на комуникативни умения, а поради стигмата в обществото младите хора трудно намират работа. Пациентите не са запознати с правата си, не търсят ресурс за разрешаване на проблемите си и за изява, което изключва възможността за равен шанс с останалите членове на обществото, обясни доц. Цонзарова.

Председателят на асоциацията "Детско сърце" обяви началото на двугодишен българо-испански проект за ресоциализация на тийнейджъри и млади хора, които ще бъде реализиран в рамките на оперативната програма за развитие на човешките ресурси. Партньор от испанска страна е фондация "Менугос Корасон". Предвижда се обмяна

на добри практики в обучението на болните и техните близки, както и заимстване на модели за сътрудничество между медицински и немедицински специалисти от България и Испания. През следващите две години ще бъдат обхванати 350 момичета и момчета в тийнейджърска възраст, както и младежи, на които предстои активно да навлязат в живота.

Ще бъде заснет учебен филм. Планирани са брошура със съвети от психолог, както и сборник с нормативни документи, който да ориентира родителите за правата на болните деца. Чрез издаването на комикси пък ще бъде заимствана испанската практика за превенцията на рисковото поведение и здравословен начин на живот на тийнейджъри със сърдечностреси заболявания. Догодина ще има и два работни семинара в Бургас и в Добрич.



Д-р Тания Бараушка - лекар по дентална медицина

Ако гледате често телевизия, ще се убедите, че всеки човек със зъбни протези се нуждае от продукт, който да ги фиксира в устата. Заговорите ли по тази тема със зъболекаря си, по всяка вероятност той ще изкаже мнение, че добре направената протеза не се нуждае от допълнителни средства за задържане. Но тъй като реалността никога не е само черна или бяла - истината е някъде по средата.

Има случаи, в които пациентите трудно привикват дори и към идеално направена зъбна протеза. Честите им доводи са, че тя мо-

же да се размести или дори да изпадне. Пациентите се чувстват несигурни, когато се смеят, хранят, говорят, особено през първите месеци. В тази ситуация употребата на фиксиращ продукт би премахнала грижите им. Когато протезата не прилепва добре, пациентите се оплакват от "разхлабване" на протезата, усещане за точки на натиск, възпаления на лигавицата поради задържане на храна.

Но не оставайте с впечатление, че сами трябва да решите нуждата ли се от фиксиращо средство. Оставете тази преценка на зъболекаря си. Не са редки случаите, при които поради неточност се налага протеза

да се преработи.

От научна гледна точка фиксаторите за зъбни протези създават временна връзка между материала, от който е изработена протезата, и лигавицата на венеца, така че се предотвратява мърдането или дори изпадането на протезата. Редно е да се прилагат само в случаи на пълно обеззъбяване, т.е. при цели протези.

Съществува голяма гама от фиксиращи продукти и поради тази причина най-удачно е да се вслушате в препоръките на зъболекаря си. Въпреки съветите обаче изборът на точното средство е поредица от проби и грешки.

Голяма е групата на фиксиращите кремове - със или без вкус, задър-

жащи върху подсушена или влажна протеза, със или без допълнителни активни вещества - например алое. Алоето благоприятства възстановяването на наранена лигавица. Ранчки в устната кухина могат да се появят при първото поставяне на нова протеза. Общото при всички фиксиращи кремове е, че се нанасят на определени места, като точки върху протезата, така че при поставянето ѝ в устата да създадат много тънък, равномерен слой. Обикновено потребителят индивидуално определя най-подходящото количество крем, което да прилага. Качествените фиксиращи кремове се нанасят само веднъж дневно.

Фиксиращи продукти под формата на пудра - нанасят се лесно посредством поръсване. Подходящи са при леки и средни проблеми със закрепването. По-лесно се отстраняват при почистване от протезата в сравнение с фиксиращите кремове.

Фиксиращи подложки - доказано ефективни са при прекомерна загуба на кост, особено при долна челюст, най-често поради напреднала възраст. Лесни са за употреба, опаковани са индивидуално. Сменят се всеки ден.

Продължителността на действие на фиксиращия продукт зависи от много фактори. Обикновено тя е по-къса при долната протеза поради непрекъснатия ѝ контакт с течности и

слюнка. Това е и една от причините за фиксиране на долната протеза да се предпочита употребата на подложки.

Фиксиращите продукти се използват обикновено през деня. Препоръчително е вечер от протезите да се отстраняват хранителните остатъци, да се дезинфекцират с почистващи таблетки и да се съхраняват според дадените от лекаря указания.

Носенето на зъбни протези не изключва годишните профилактични прегледи при зъболекаря ви. Грижата за тях е неизменна част от грижата за цялото ви здраве. Не забравяйте, че те подобряват стандартта ви на живот и възстановяват естествената ви усмивка.

СИНЯТА СВЕТИЛНА ЩЕ ИЗМЕНИ КАФЕТО

Някой ден синята светлина ще измести сутрешното ни кафе и ще ни ободрява вместо него, твърдят шведски учени.

Досега синьото светлинно излъчване се ползваше с лоша слава. Сянемто от таблетки, компютри и телевизори, използвани в спалнята, често бе обвинявано за това, че предизвиква безсъние, тъй като влияе върху мелатонина - хормонът, който регулира биологичния часовник на човека. Но екип учени от университета "Миг Суидън" откри и твърде позитивно въздействие на синята светлина. Нейният ефект се оказва много по-ободряващ от този на кофеина в кафето. Излъчването е способно да държи мозъка ни буден, ако се използва в подходящо време.

При проведените от шведските учени тестове станало ясно, че доброволците, подложени на синя светлина, постигат по-добри резултати при задачи, в които трябва да се преодолее разсеяността, отколкото участниците, употребяващи кофеин.



Ободряващата съставка на кафето и синята светлина по различен начин въздействали върху психомоторните функции на доброволците. Установено било, че лъчението освен това подобрява паметта, познавателните способности и ускорява реакциите на хората.

Синята светлина все по-често се използва за медицински цели. Немски учени от университетската болница в Хайделберг разработиха лепенка, която излъчва синя светлина и действа

болкоуспокояващо. Изследователи от университета в Монреал с почуда констатираха, че слепи хора могат да установят кога се включва и изключва синьото светлинно лъчение. То успешно се използва и при третирането на лош дъх, тъй като убива бактериите, които го предизвикват.

От опитите проличало, че това, което кофеинът постига като ободрителен ефект след един час, при излагане на синя светлина се получава след 50 секунди.

Protefix®



Сигурност и грижа

за малки и големи



Гарантирано немско качество на достъпна цена

КУАЙСЕР ФАРМА България • 02 4412764 | info@queisser.bg | doppelherz.bg

Всички са чували за болестта на Алцхаймер и за други проблеми с мозъка, които поразяват основно третата възраст. Но малко хора са запознати с така нареченото леко когнитивно (мисловно) нарушение, което се среща доста често. А още по-разпространени са нарушенията на паметта, вниманието и работоспособността от функционален тип вследствие на претовареност, преумора, стрес и нездравословен живот.

Леко когнитивно разстройство причинява бегло, но забележимо и измеримо влошаване на паметта и/или другите способности за мислене, известни също като *познавателни способности*. Тези промени са достатъчно сериозни, за да бъдат забелязани от близките хора, но обикновено не са толкова драстични, за да попречат на обичайните всекидневни дейности. Проблемът е, че, оставени без навременно диагностика и лечение, пациентите с таква нарушение са с пови-

ДОРИ ПРИ ДИСКРЕТНИ НАРУШЕНИЯ НА ПАМЕТА ВЗЕМЕТЕ МЕРКИ!

шен риск от по-нататъшно влошаване на състоянието.

Симптоми

При различните пациенти се засягат различни мозъчни функции. При едни повече е нарушена паметта, а при други - способностите за осмисляне, подреждане и решаване на проблеми. Съществува и смесена форма, при която са засегнати всички сфери на висшата нервна дейност. Когато страда паметта, човек може да започне да забравя важна информация, която по-рано би си спомнил лесно, като насрочени срещи, разговори или скорошни събития. Другият тип нарушение се проявява с проблеми при способността да се вземат рационални решения, да се преценява времето или

последователността на стъпките, необходими за завършване на сложна задача, или визуални възприятия.

Диагноза

По отношение на функционалните разстройства всеки може сам да прецени, че "в главата му е настъпила пълна каша" и трудно се справя със задълженията си. Обикновено паметта при младите и на средна възраст хора изневерява заради стреса, преумората и недобрия и недостатъчен сън, а при пациентите в пенсионна възраст могат да се търсят и по-сериозни причини. В момента не съществуват тестове или процедури, които да демонстрират категорично, че даден човек има леко когнитивно увреждане или функцио-

нално нарушение на висшата нервна дейност. Но опитен специалист може да установи проблема чрез преценка на медицинската история на пациента, настоящите симптоми, предишни заболявания и други медицински състояния, както и чрез анализиране на заболяванията в предишните поколения на семейството. Важно е на такъв преглед да присъства близък на пациента, който да може да направи сравнения в състоянието преди оплакванията и след тяхната поява. Разработени са и тестове, с които се оценява паметта, планирането, способността да се разбира визуална информация и други ключови способности за мислене. Лекарят може да назначи различни лабораторни и визуални изследвания, които да му помогнат в оформянето на становище.

Лечение

Леко когнитивно нарушение увеличава риска от развиване на по-сериозни проблеми на по-късен етап, но някои пациенти никога не се влошават. Други показват резултати, с които се връщат обратно към нормалното състояние

за тяхната възраст и образование.

Лекарствата, одобрени за лечение на симптомите на сериозните деменции, не са показали някаква полза за предотвратяване на заглъбочаването на леко когнитивно разстройство.

Когато от проблеми с паметта се оплакват хора в активна възраст, без хронични заболявания, това може да се преодолее с промяна в начина на живот.

При всички форми на функционални мозъчни нарушения и леко когнитивно разстройство се препоръчват следните стъпки:

- Редовни физически упражнения според възрастта и конкретното състояние за подобряване дейността на сърцето и кръвоносните съдове, включително тези, които захранват мозъка;

- Участие в дейности, които стимулират работата на ума и ангажират социално - те могат да помогнат за поддържането на мозъчната функция;

- Навременно установяване и контрол на сърдечносъдовите рискови фактори - наднормено тегло, обездвижване, нездравословно хранене, хипертония, диабет, ви-

сок холестерол;

- Прием на препарати, съдържащи вещества с доказано невро-протективно влияние. На българския аптечен пазар вече се продава хранителна добавка, съдържаща ефективна комбинация от ключови компоненти - уридин, цинтидин, глутамин, желязо и пантотенова киселина, за които е клинично доказано, че подпомагат мозъчната функция.

Те подобряват търговската на ума, познавателната функция и умствената дейност, включително концентрация, учене, памет и разсъждение. Влияят благоприятно на вниманието, обучението и възстановяването на паметта. Освен това забавят процесите на стареене на мозъка, премахват последиците от прекомерно умствено натоварване и стрес. Продуктът *Мемостор* е подходящ и при по-млади пациенти, които имат нарушения в когнитивните функции вследствие усилен умствен труд и стрес. Поради специфичния си състав продуктът е от полза и при различни нарушения на стареещия мозък. (ЖД)

Хранителна добавка

Ginkofol

Ginkgo Biloba 60 mg

С контролирано съдържание на токсичната гинколова киселина - пог 1 ppm

КОГНИЦИЯ
ВНИМАНИЕ
ИНТЕЛЕКТ
ПОЗНАНИЕ
ИНФОРМАЦИЯ
ЛОГИКА
МИСЛЕНЕ

ЕСОФАРМ

Food supplement

Ginkofol

60 mg стандартизиран екстракт от листата на Гинко билоба, съдържащ 24% флавоноли гликозиди и 6% терпеноиди

30 таблетки

Екстракт от листата на Гинко Билоба

ЕСОФАРМ

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

ПЕКИН СЕ БОРИ ЗА ПО-ЧИСТ ВЪЗДУХ

Пекин обяви война на скарите на открито, тъй като те допринасят за замърсяването на въздуха в китайската столица и генерират фини частици, които проникват дълбоко в белите дробове. Градските власти са пристъпили към ликвидирането на повече от 500 барбекюта, виновни за емисиите на фините прахови частици PM2.5. Скарите се разрязват с флексове в различни квартали на столицата под погледа на минавачите. Потребителите на социалните мрежи взеха на подбив старанието на пекинската управа, тъй като в столицата има много по-съществени замърсители, отколко-



то скарите.

Общинските власти в Пекин провеждат от три месеца кампания за отстраняването на подобни грилове, като често нарязват металните им части, за да не бъдат използвани отново.

Замърсяването на въздуха в Пекин често дос-

тига до рекордни нива. Градската управа предупреди миналия месец, че когато бъдат преминати определени прегели, ще се пристъпи към принудително спиране на работата на предприятия замърсители и към драстично ограничаване на трафика.

Известно е, че с настъпването на есенно-зимния сезон опасността от простудни заболявания и обостряне на хроничните значително нараства. Това, от една страна, се дължи на отслабването на имунната защита на организма вследствие на ниските температури, а от друга - на намаленото слънчево греење и високата влажност, което способства за разпространението на причинителите на различни видове инфекции. От дълбините на вековете до нас е достигнала една сентенция на знаменития лекар на древността Хипократ: "Нека храната бъде твоето лекарство и лекарството бъде твоята храна".

Кои са храните, които трябва да присъстват на трапезата в този период и които ще ни предпазят от болестите на сезона?

Доц. д-р Димитър ПОПОВ

Тлъстите риби

Към този вид се отнасят есетровите (моруна, чига, руска есетра, пъструга), скумрията, сафридът, сьомгата, сардината, херингата, рибата тон и др. в които съдържанието на мазнини е в границите от 8 до 20%, както и змиорката, миногата, хамсията и др. в които то достига до 30%. За разлика от другите животински мазнини рибните са изключително полезни за организма, тъй като съдържат значителни количества полиненаситени мастни киселини от класа омега-3, сред които особено ценните ейкозапентаенова и докозахексаенова. Изключителен интерес и ентусиазъм в научните среди предизвика откритието на датски лекари през 70-те години на миналия век, които установиха тяхната огромна роля за предотвратяване на раковите заболявания, доброто състояние на сърдечносъдовата и нервната система, функционирането на мозъка, както и за предотвратяването на пристъпите на депресия - твърде чести в зимния период. Последвалите интензивни изследвания на тези киселини показаха, че те са и ефективно средство за лечение на заболявания като ревматоиден артрит, язвен колит и др., които се обострят чувствително през есенно-зимния период. Установено беше, че мозъкът е един от главните потребители на докозахексаеновата киселина, чието ниско ниво в организма води до депресия, агресия и самоубийства. Ейкозапентаеновата киселина понижава възпалителните процеси, предпазва от сърдечни и бъбречни заболявания, артрит, астма, някои кожни заболявания (екзема, псориазис) и т.н. Освен споменатите две "магически"

мастни киселини в тлъстите риби се съдържат и редица други ценни нутриенти - витамините А, В₁, В₂, В₆, В₁₂, D и Е, както и особено важни минерали като фосфор, йод, селен, манган, цинк и др., които подобряват метаболизма, жизнения тонус и способстват за засилване на имунната система. Според диетолозите рибата е един от най-добрите източници на висококачествен белтък, съдържащ на практика всички необходими аминокиселини. Усвояемостта на белтъчините от рибите е 93-98%, докато на тези от месото - 87-89%.

Цитрусите

Познанието на човека с цитрусовите плодове и тяхното благотворно въздействие върху организма датира от незапомнени времена. Основното им достойнство е високото съдържание на аскорбинова киселина - витамин С, който укрепва имунната система и участва в редица важни процеси в човешкия организъм (усвояването на желязото, поддържането на доброто състояние на кожата, образуването на тъканите, костите и зъбите, подпомагане на другите антиоксиданти в борбата им със свободните радикали и т.н., и т.н.). Лимоните се отнасят към високоалкалните храни, които създават в организма среда, неблагоприятна за развитието на патогените, т.е. те имат антисептични свойства. Освен това лимоните повишават апетита, подобряват храносмилането и спомагат за излизане от депресивни състояния. Грейпфрутът е полезен срещу кашлица, подобрява настроението и връща оптимизма. Портокалите стимулират обмяната на веществата и отделянето на урина, т.е. отстраняването на токсините от организма.

ПОЛЕЗНИТЕ ХРАНИ ПРЕЗ ЕСЕННО-ЗИМНИЯ СЕЗОН



Авокадото

Авокадото е рекордьор по съдържание на вещества, които влияят благотворно на функционирането на черния дроб - най-важната биохимична лаборатория на човешкото тяло. Той играе изключителна роля в метаболитните процеси, както и в обезвреждането на токсичните вещества, образуващи се при обмяната на веществата или попаднали в организма отвън. Мазнините, които в авокадото достигат 30%, се състоят главно от мононенаситени (омега-9, 64%) и полиненаситени (омега-3 и омега-6, 17%) мастни киселини, които влияят положително на състоянието на сърдечносъдовата система и способстват за подобряване на липидния профил (понижават нивото на "лошия" и повишават това на "добрия" холестерол). В авокадото се съдържат значителни количества от витамините А, В група, С, Е, както и ценни минерали като калий, калций, магнезий, желязо, мед, фосфор и др. По хранителна стойност авокадото превъзхожда почти двойно нетлъстото месо. Неговото благотворно въздействие върху функционирането на простатната жлеза у мъжете, както и върху цялостното състояние на организма е безспорно доказано. Препоръчително е да се консумира по половин плод дневно.

Морковите

Те съдържат редица

важни за организма вещества (въглехидрати, фибри, витамини, минерали и т.н.), но особено ценни съставки в тях са каротеноидите алфа- и бета-каротин (провитамин А) и лутеин, както и веществата фалкаринол и фалкариндиол. Каротеноидите са мощни антиоксиданти и препятстват развитието на инфекциите, имат противостарителен и антиканцерогенен ефект, понижават нивото на холестерола в организма и т.н. Фалкаринолът има фунгицидно и антираково действие, а фалкариндиолът е природен антибиотик. 50-100 г пресен морковен сок сутрин на гладно оказват магическо действие върху организма.

Чесънят

Науката отдавна е установила, че чесънят действа като природен антибиотик, който поразява над сто болестотворни микроорганизми. Изключително ценни съставки на чесъна са сярсодържащите съединения, сред които с най-голяма биологична активност се отличава откритият от американеца Кавалито алиин. При раздробяването на скилидката чесън под действието на особен ензим алиинът се превръща в алицин - фитонцид с мощно антибактериално, антивирусно и вазодилатационно (разширяващо кръвоносните съдове и понижавашо кръвното налягане) действие. При раз-

падането си алиинът се превръща в редица други биологично активни вещества, най-важното от които е аджоен, който препятства образуването на тромби (а оттам - инфаркта и инсульта) и има антиканцерогенно действие. Една-две скилидки дневно са достатъчни за достигане на желаните ефекти.

Гъбите

Наричат ги "горско ме-

со" поради високото съдържание на белтъчини - два пъти повече от яйцата и три пъти повече от месото. По съдържание на витамини от В групата (В₁, В₂, В₆) гъбите превъзхождат зърнените храни и зеленчуците. Те са богати на редица важни микроелементи (калий, мед, цинк, йод, фосфор и др.), които подпомагат обмяната на веществата, понижават риска от развитието на сърдечносъдови заболявания и пречат на развитието на вирусни инфекции. Най-ценни вещества в гъбите обаче безспорно са особени въглехидрати с витиеватото и будещо уважение бета-1,3/1,6-глюкани - полимери на добре познатата ни глюкоза, които имат почти магически ефект върху организма - мобилизират и активизират неговата имунна система и оказват антиоксидантно, противовъзпалително и противоалергично действие. Особено благотворно влияят гъби като шийтаке, рейши и кладуца.

gpopov_bg@yahoo.com

Модерна медицинска апаратура

София

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

Пловдив

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

www.fihealth.bg

Студът напуква, изсушава, зачервява и набръчква кожата. А парафинът я освежава, подхранва и подмладява. Още древните римляни се клепаха с горещ парафин преди масаж, французите са лекували рани, британците - болки в мускулите, а полякините са избелвали лицата си.

Тина БОГОМИЛОВА

Парафиновата терапия е приятна в студентите дни, тъй като топлината се разлива из цялото тяло. Така се усилват обменните процеси, стимулира се кръвообращението, намаляват болките в ставите, а кожата сияе.

Парафиновите процедури са бързи и евтини, прилагат се на цялото тяло, а ефектът е моментален. Парафинът разширява порите, въздух не стига до кожата, а това помага на предварително нанесените

ПАРАФИНЪТ ЧИСТИ ТОКСИНИ, УКРЕПВА КОСТИ И ГЛАДИ БРЪЧКИ

подмладяващи, хидратиращи и подхранващи вещества да попият по-добре.

Загрява се до втечняване, без да изгаря, и дълго отделя топлина. Кожата започва обилно да се поти и на повърхността ѝ излизат токсините, циркулиращи с кръвта и лимфата. При охлаждане парафинът се свива и обхваща плътно тъканите.

За лицето се използва специален парафин, който хидратираща сухата кожа, подмладява повехналата и глади бръчките. Преди това се прави пилинг, нанася се обикновено крем с колаген и се прави масаж. Топлият парафин стои около 20-25 минути.

Най-популярни са терапиите за ръцете, тъй



като те са най-големите издайници на възрастта. Препаратите и студът ги подлагат на голям стрес, а парафинът подхранва не само кожата, но и ноктите. Ръцете се намазват предварително с крем, обогатен с колаген, и се

прави масаж. След това се потапят във вана с топъл парафин и се поставят в ръкавици, с които се стои 20-25 минути.

Много ефективни са и парафиновите процедури за крака, тъй като ходилата стават меки и гладки.

Парафинът се използва и за борба с портокаловата кожа. Обогащеният с водорасли и морска кал парафин стимулира лимфните потоци в организма, за да изтеглят токсините, натрупани около мастните депа. Тялото се подготвя с разграждащи серуми, а парафиновата маска е като микросауна, която предизвиква изхвърлянето на мазнините.

Парафиноterapia отдавна се използва в санаториумите при възпалителни процеси, проблеми със ставите и



костите, невралгии и неврити. Спортистите също прибегват до парафина за справяне с травмите.

Парафиновите вани лекуват пукнатини и подхранват кожата, забавят стареенето и премахват костните деформации. За по-голям отпускащ ефект се прилага ароматерапия, като се използва парафин с добавени различни билки и масла - праскова, лавандула, мента, алое, бадемово масло, също и витамини А и Е. Лицето се подмладява с розово и сандалово масло, мирта, лавандула, лайка. При проблеми със студени, уморени крайници или артрит са подходящи розмарин, черен пипер, джинджифил, хвойна. При болки в гърба, кръста и раменете се прилагат масла с чаено дърво, лайка, лавандула, бор, бял равнец.

При борба с целулит помага индиго, здравец, кипарис, ела, мента.

Парафинотерапията не е никак сложна и може да се прави вкъщи. Специално пречистен козметичен парафин се продава в аптеките и за една процедура отиват 2-3 кг. Загрява се във ваничка на водна баня. Когато температурата му се покачи, без да кипи, се маха от котлона. Изчаква се няколко минути, за да е поносима топлината му за кожата. Парафинът се използва само веднъж, употребеният губи полезните си свойства.

Както повечето топлинни терапии, парафиновата не е препоръчителна при разширени вени, високо кръвно налягане, диабет, акне, открити рани.

Парафиновата терапия чисти токсините от тялото, дарява релакс, грижи се за костите и ставите. Кожата става гладка и лъскава, а душата - по-топла и усмихната.

НЕ на болката в ставите!

Но-дол - уникална комбинация от растителни съставки

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



НО ДОЛ капсули

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

Търсете в аптеките



НО ДОЛ крем

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

Производител: ESI s.p.a. Италия

Изключителен представител за България Лим Фарм ЕООД
02 943 11 38, GSM 0888 222 343, www.limpharm.com

ТИЙНЕЙДЖЪРИТЕ В САЩ СА ПРИСТРАСТЕНИ КЪМ ЕСЕМЕСИТЕ

Близко 90 процента от американските тийнейджъри са пристрастени към изпращането на текстови съобщения по мобилните телефони, сочат данни от Института по семейната безопасност онлайн. Според цифрите писането и изпращането на есемеси е най-популярната активност сред тийнейджърите в САЩ, като 87 процента от тях са упражнявали това занимание през последния месец.

От проучването става ясно, че 80 процента от подрастващите използват мобилните си телефони също за игри, изпращане на имейли и достъп до социални мрежи.

След есемесите най-популярните занимания, които държат тийнейджърите "запелени" за мобилните телефони, са изпращането на имейли, достъпът до социалните мрежи, услугите за обмен на съобщения и споделянето на



снимки чрез Инстаграм и Снапчат.

Най-непопулярната сред младежите в САЩ дейност с мобилен телефон е регистриране или споделяне на местонахождението.

В Банско завърши 13-ото издание на единствения в Югоизточна Европа и на Балканите международен кинофестивал за планини, екстремни спортове и приключения. Проекции (120 филма от 27 страни) и презентациите преминаха при изключителен интерес и препълнени зали, а традицията официални гости на Банско филмфест и членове на журито да бъдат легендарни представители на зимните и екстремните спортове от цял свят продължи. Досега неговите официални гости са били алпинистът и ловец на приключения номер едно за всички времена Райнхолд Меснер, най-големият полярен пътешественик, наричан "втория Амундсен" - Бьорге Аусланд, прочутият скиор Густаво Тьони, великите ветерани Валтер Бонати, Курт Димбергер.

Тази година в звездния списък влязоха още световни имена: Петер Хабелер (Австрия) - партньор на Меснер при първото изкачване на Еверест без употреба на кислород; Симоне Оригоне (Италия) - най-бързият човек на Земята, постигнал със ски 251,4 км/ч; Кристиан Щанг (Австрия) - първи стъпил на най-високите върхове на всички континенти. Истински фурор предизвика презентацията на феноменалната швейцарка Жералдин Фаснахт. Ако имаше класация за "най-екстремна дама" в света, тя би била безспорно номер едно. Екстремна скиорка и сноубордистка (11 пъти победител в най-авторитетните състезания по free riding, практикуваща парашутизм, sky diving, base jumping, полети с костюм-крило. Дълги опашки се извиха за автографи и от Хуанито

Оуарсабал - световен рекордьор по брой изкачени осемхилядници - 28, първият с по две изкачвания на трите най-високи върха в света - Еверест, К-2, Канчендзонга.

Голям бе интересът и към постиженията на българските алпинисти, пещерници, пътешественици и търсачи на приключения през последната година. Христо Пимпирев и монголският посланик у нас Лхамсурен Дугержав разказаха за съвместното си стигане до Южния полюс. Седемдесет и петата годишнина от първото изкачване по знаменитата Северна стена на Айгер бе отбелязана с презентация на Методи Сабоу, Спас Малинов и Мария Христова - участници в първите български изкачвания по Класическия маршрут и Японската гиретисима, и на алпинисти от Банско, стъпили на върха през това лято. Теодор Кисимов представи

БАНСКО ФИЛМФЕСТ 2013

ОБРА ОВАЦИИТЕ



Най-бързият човек в света Симоне Оригоне, развил скорост от 251,4 км/час

ни. На нелепо загиналия тази година знаменит френски катерач Патрик Адленже бяха посветени незабравимите ленти "Вертикална опера" и "Живот на върха на пръстите".

В съпътстващата програма - осем изложби, семинари, майсторски класове - централно място бе отредено на специалния блок за деца и младежи с открити уроци на известни пътешественици и изследователи. За втори път в рамките на Банско филмфест се състоя и Планинарска академия, включваща лекции, срещи, уъркшопове.

ПРИЗЬОРИТЕ

Международното жури присъди:

Голямата награда - "Изкусителят К2" на Дейв Олсън и Джейсън Рийд, САЩ
Специалната награда на журито - "Карим, не спирай!", Хесус Боске, Испания
Награда за български филм - "Притихналите огнища" на Цветан Симеонов
Награда на Община Банско за филм, отразяващ бит и културата на планинските народи - "Хималаите - селце извън времето" на Ерик Лапие, Франция
За цялостна реализация в екстремни условия - на филма "Изкушаващ страх" на Майк Дъглас, Канада
Награда за филм за планинарски спортове, приключения и изследвания - "Зилбергайер" на Владимир Селле, Франция

второто си слизане до дъното на най-дълбоката пещера в света - Крубер-Вороня в Кавказ. Боян Петров разказа за участието си в четвъртата българо-китайска експедиция в неизследвани подземни кухни в Националния парк "Гоалягонгшан". Публиката се среща и с Кирил Николов-Дизела, най-изявеният българин в ориентирането (лятно, ски и вело), планинското бягане и състезанията по

мултиспорт.

С представянето на мореплавателя Дончо Папазов фестивалът постави начало и на нова традиция - изваждането от "нафталина" на позабравени, но много заслужили български пътешественици. В памет на Владимир Високи (по случай 75-ата годишнина от рождението му) бе показан "Вертикал", един от двата му "алпинистки" филма, в който звучат любими пес-

ЧЕТВЪРТТО БИЕНАЛЕ НА ИЗКУСТВАТА „АРТЕМИДИЯ“ ЩЕ ПРОДЪЛЖИ В СОФИЯ

Актрисата Анна Мария Петрова - Позелева, която е дописан член на Българската академия на науките и изкуствата (БАНИ), стана продуцент и водещ на Четвъртото биенале на изкуствата "Артемидия", проведено в Рим. То бе посветено на 1150 години от създаването на кирилицата, на 200-годишнината

от рождението на Джузепе Верди, на 150 години от рождението на Алеко Константинов и Габриеле д'Анунцио, на 50 години от края на понтификата на папа Йоан XXIII и на 70 години от спасяването на българските евреи.

Пред близо 200 гости, дошли в българското посолство в Рим, прозвучаха

шедьоври на италианската и българската поезия, арии от опери на Джузепе Верди и творби на съвременни композитори. Тук бяха изложени скулптури и картини на италиански и български художници, както и плакати от опери на Джузепе Верди.

Анна Мария Петрова - Позелева и италианският ѝ колега Валтер Тоски представиха стиховете на Габриеле д'Анунцио и Христо Ботев, творби на Алеко Константинов и Елисавета Багряна. Присъстващите чуа и фраземнт от новата книга, посветена на световноизвестния български певец Никола Позелев, автор на която е Мария Попова, почетен професор на НБУ, София. Страниците от книгата бяха прочетени от Агрия Позелева, дъщеря на маестро-то. След сопраното Елена Олива и баса Орлин Невенкин публиката аплодира чудесното изпълнение на

обой на малката и много талантилива Беатриче Топчиева - Поцато, която изпълни "Gabriel's oboe" от Енио Мориконе (от филма "Mission").

Със специално слово бе отбелязана 70-годишнината от спасяването на българските евреи по време на Втората световна война и заслугите на България.

Сред гостите в големия салон на посолството на Р България в Рим бяха представители на дипломатически мисии, италиански журналисти, артисти, интелектуалци, бизнесмени. Тук бе и Кирил Топалов, посланикът ни към Светия престол във Ватикана, а домакини на вечерта бяха посланикът ни в Рим Марин Райков и първият секретар на посолството ни г-жа Емелина Пейчева. Специален гост на събитието бе и г-жа Марика ди Санто, която поднесе приветствие от името на г-н Мирко Корати, председател на Об-



щинския съвет на Община Рим. Сред официалните гости бяха и монсеньор Бласко Франсиско Коласо, архиепископ на Торонто, както и проф. Красимир Станчев от университета в Рим, водещ експерт по българска и славянска филология в Италия.

Председателят на асоциация "Диалози" г-н Джани Латанцио подчерта важността на подобни съби-

тия, които са в подкрепа на културния диалог между европейските страни.

Вечерите на Четвъртото биенале "Артемидия" ще продължат до март 2014 г. с няколко концерта. В София маестро Стелвио Чиприани ще свири със Софийската филхармония, а в отговор на тази визита в Рим ще гостува Ангел Заберски-син заедно със свои колеги. (ЖД)

Li Tour
culture tours in bulgaria

Нова година в слънчева Андалусия с Ли-Тур!!!

Директен чартерен полет, 5 полупансиона в 4-звезден хотел, трансфери, екскурзия

Телефон за резервации
02/9891555

www.li-tour.com

Моят град

Осем български града в напревара за европейска столица на културата

Призът се връчва от 1985 г. по идея на великата гръцка актриса Мелина Меркури. Целта на конкурса е да допринесе за сближаването между европейските народи, да подчертае богатството и разнообразието на техните култури. Идеята е всяка година два европейски града да бъдат обявени за културни столици, които да покажат най-добро-

то от традициите и възможностите си на своите жители и посетители. Градовете се избират от Съвета на Европейския съюз въз основа на препоръка от Комисията, която от своя страна взема под внимание мнението на Европейския парламент и жури, съставено от тринадесет изтъкнати културни дейци.

Досега повече от 40 града са били културни сто-

лици на Стария континент. Освен престиж инициативата може да донесе огромни ползи в културно, социално и икономическо отношение. Победителят печели наградата на името на Мелина Меркури на стойност 1,5 млн. евро. Индиректните ползи са за развитието на културата и международното признание за града като европейски културен център.

България участва в конкурса "Европейска столица на културата" за 2019 г. заедно с Италия. Шест италиански града вече преминаха на втори етап в напреварата - Каляри, Лече, Матера, Перуджа, Равена и Сиена. Един от тях ще стане културна столица на Европа заедно с града, който ще бъде избран от България.

Първата среща на Комисията (съставена от

13 експерти - седем са определени от европейските институции, останалите шест - от българското правителство) за предварителен подбор на най-добрите кандидатури от нашата страна е планирана да се проведе от 10 до 12 декември. Преминалите на следващ етап кандидати ще бъдат посетени през 2014 г.

познае с града, с неговите специфики и възможности. След това до края на годината ще стане ясен окончателният избор на победителя. Той ще има четири години, за да подготви целогодишна културна програма с инициативи, които да привлекат публика и артисти от цяла Европа.

За 2019 г. градът трябва да подготви такава културна програма.



Спогели София

Гениалният оперен певец Андреа Бочели, великият актьор Франко Неро и световноизвестният музикант Райън Лесли обявиха подкрепата си за кандидатурата на София за културна столица на Европа през 2019 година. Трите величия на практика потвърдиха смисъла на посланието - Спогели София, с което градът се включва в напреварата.

Спечелването на конкурса означава развитие във всички сектори - култура, инфраструктура, чиста околна среда, модерен градски транспорт, заяви столичният кмет Йорданка Фандъкова на среща с представители на бизнеса, неправителствени организации и културни творци.

Уникалната комбинация от минало и настояще, традици-

онно и модерно, отреждат на София достойно място сред основните кандидати за приза. През последните години тя се превърна в модерен европейски град със съвременна архитектура и непрекъснато подобряваща се инфраструктура. Бързите темпове на растеж не само не попречиха, но дори помогнаха да бъдат съхранени стари и открити нови културни паметници. И днес столицата сама разказва за своята история, за епохите от Античността до наши дни.

В самото сърце на София се намира т. нар. четириъгълник на толерантността, с каквото едва ли друг град може да се похвали. На около триста метра един от друг са разположени храмовете на четирите основни религии в света -

джамията "Баня Баши", църквата "Св. Неделя", Софийската синагога, католическата катедрала "Св. Йосиф". По този начин предварително са изпълнени някои от целите на конкурса - за търсене на път към заличаване на културните различия и за създаване на усещане за общност сред гражданите.

През последните години София може да се похвали с изключително богат културен живот. Все повече са хората, които се завръщат в театралните зали. В рамките на различни фестивали или като самостоятелни концерти някои от най-великите имена в музиката изнесоха концерти, които събраха десетки хиляди почитатели не само от България, но и от чужбина.

ПЛОВДИВ

Заедно

Може да сме провинция, но не на София, а на Рим, обичат да казват старите пловдивчани. Повече от 8 хил. години история дават пълно основание на Пловдив да претендира за културна столица на Европа. Кандидатурата бе еднотушно подкрепена от всички общини в областта, а мотото на кампанията е "Заедно". Целта е да бъде постигнато истинско обединение

между хората от различните поколения, етноси и вероизповедания, които съжителстват в Пловдив, обясняват от организационния комитет. В инициативата се включиха редица изтъкнати български творци, като легендарния китарист от ФСБ Иван Лече, оперната певица Мария Христова - Клейманс, писателят Йордан Велчев, художникът Атанас Хранов.

На територията на града са съхранени блестящи образци от различни исторически епохи, които днес са част от културното наследство на Стария континент.

Жителите и гостите на града лесно могат да видят Античния театър (най-голямото постижение в реставрацията на паметниците от Античността у нас), както и други свидетелства от онзи период. Архитектурно-историческият резерват Старинен Пловдив пък пренася посетителите в годи-

ните на Българското възрождение. Забележителен паметник от периода на османското владичество е Часовниковата кула, издигната през XVI век на Сахат тепе. Смята се, че това е първият градски часовник в Османската империя и една от най-старите часовникови кули в Източна Европа. Впечатлението за развитието на града през вековете се допълват и от богатите експозиции в Археологическия и Историческия музей. В художествените галерии на Пловдив са изложени над 6 хиляди оригинални произведения, създадени от някои от най-великите български творци.

Забележителното историческо наследство задължава традицията да бъде продължена. Днес в Пловдив се организират редица международни музикални, театрални и литературни фестивали. През 1999 г. градът бе домакин на Европейския месец на културата.



ГАБРОВО

"Balancing Europe"

Участието в напреварата в най-големия културен проект е чудесна възможност Габрово да представи себе си пред Европа. Във времената на тежка икономическа криза и на разширяване на пропастта между бедни и богати страни потомците на Рачо Ковача избират за девиз на кампанията "Balancing Europe". По този начин, с типичното за региона чувство за хумор, те предлагат път за заличаване на различията, каквато е и една от цели-

те на инициативата "Европейска столица на културата" за 2019 г.

А красивият град в Централна България има какво да предложи. Гостите на Габрово могат да посетят Дряновския манастир, местността Узана, архитектурно-етнографския комплекс Етъра, както и да се насладят на красотите на близките Трявна и Боженици.

Сред най-значимите културни събития за града са Международният фести-

вал на хумора и сатирата; Карнавал; Международно биенале на хумора и сатирата в изкуствата; Международен фестивал "Дни на камерната музика"; Международен фестивал "Празник на духовната музика"; Международен пленер по живопис; Международен фестивал "Златна котка"; Международен фестивал на спектаклите за един актьор; Международен фестивал на комедийния спектакъл; Международен панаир на народните занаяти.





БУРГАС

Културен ускорител

Три пъти определян като "Най-добър град за живеене в България", често наричан града на изкуствата, на поетите и художниците, града на младите таланти и родно място на световно признати артисти, фестивалния център на България, Бургас притежава всички достойнства и качества, присъщи за един европейски културен център.

Това, което дава предимство на бургаската кандидатура пред останалите, е подкрепата, която има тя от всички об-

щини в региона - Созопол, Несебър, Царево, Малко Търново, Поморие, Приморско, Айтос, Камено, Карнобат, Руен, Сунгурларе. Бургаски регион е място с богата история и традиции, безценно археологическо наследство, уникална природа. Познат и традиционно предпочитан от туристите както заради красивите плажове, езера и тайнствената Странджа, така и заради това, че е част от културния календар на Европа - със събития като Spirit of Burgas, Фестивала

на пясъчните скулптури, Аполония, нестинарските празници и редица други.

През 2019 г. в региона ще бъде предложена целогодишна културна програма, която ще включва както традиционни, така и новаторски форми на изкуствата, които ще накарат Европа да обърне и никога повече да не откъсне поглед от Бургас.

Кандидатурата на морския град за културна столица на Европа се подготвя от Асоциация за развитието на културата на Бургас и на Бургаски регион и нейния основен партньор Сдружение ХАМАЛОГИКА с активното съдействие на Община Бургас и останалите 12 общини от областта.

РУСЕ

Град на свободния дух



"Всичко, което преживях по-късно, вече се беше случвало някога в Русчук" - по този начин рожденият в Русе Нобелов лауреат Елиас Канети описва космополитния дух и пестротата на града, които сякаш са оставили своя отпечатък в изящно орнаментираната архитектура и кръстопътна идентичност.

Разположен на брега на Дунав, градът преодолява границите и посреща своите гости като "европейска столица на България", като град на свободния дух, каквото е и мотото на кампанията.

Своя неповторим културен облик Русе дължи на европейското влияние. Най-големият наш град на Дунав посреща модерността, иновациите и аристократичния дух на романтичната епоха на разцвет. Русе продуцира годишно над 700 събития във всички области на културата и изкуствата - фестивали за традиционно и съвременно изкуство, артистични серии, резидентни програми, издателски проекти, конкурси, срещи и дебати, насочени към различни целеви групи и аудитории. Сред най-из-

вестните са международните фестивали, посветени на киното и музиката, на литературата, на съвременната градска култура, на медиите. На голяма популярност се радват още Есенният салон на изкуствата и културата, Оперният фестивал "Сцена край реката", Националната литературна награда "Елиас Канети", Европейската театрална работилница, Международният конкурс "Франц Шуберт", Националната джаз среща, Международното биенале на миниатюрата.

ШУМЕН

Символ на първите

Основната идея, по която градът ще развива своята програма за 2019 г., е желанието за утвърждаването му като носител на новото в областта на културата. Мотото "Символ на първите" не е избрано случайно. Именно в североизточния град се провежда първото гражданско честване на светите братя Кирил и Методий, изиграно е първото театрално представление, поставено е началото на оперетното изкуство, създаден е първият оркестър.

Шуменският регион е единствен, на чиято територия има 4 национални археологически резервата - "Плиска", "Преслав", "Магара" и "Кабиюк". Богатият културен календар е запъл-



нен с различни международни и национални конкурси, фестивали и прояви. По-известните сред тях са международен конкурс за пианисти и цигулари "Панчо Владигеров", международни детско-юношески хорови празници "Добри Войников", Международно биена-

ле по скулптура "Магарски конник", Национален пленер по живопис, Друмеви театрални празници "Нова българска драма", Конкурс за изпълнение на унгарска и българска литература, Карнавал на плодородието, Международен мажоретен фестивал.



Старопрестолният град избра за слоган на своята кандидатура "Творим щастие". Съвсем красноречиво той показва и основната идея на града, че човек може да постигне щастие чрез изкуството, културата и науките.

Такава е и голямата цел на този кандидат - всички хора в България и Европа да имат равен достъп до култура и равни възможности да изразяват и развиват своя творчески потенциал, което неминуемо ще ги направи по-щастливи и по-

удовлетворени.

Брутното национално щастие и "Световният индекс на щастие" са измерителите, които в бъдеще ще показват кои са най-устойчиво развиващите се общества. Затова великотърновци са убедени, че точно техният слоган ще привлече вниманието на гражданите от цяла Европа, така както го е правил и преди.

Градът, наричан някога от хронистите "Втори Рим и трети Константинопол, майка на български-

ВЕЛИКО ТЪРНОВО

Творим щастие

те градове", има над 7000-годишна история. Търновската книжовна, художествена и архитектурна школа са основата на първия средновековен университет в България. През 1878 г. в Търново заседава Учредителното събрание, приело Първата българска конституция, останала завинаги в историята като "Търновска". Тук се намира и уникалната по своето великолепие крепост Царевец.

Днес Велико Търново е модерен град с два университета и над 20 000 студенти. Градът, запазил своята културна идентичност, е посещаван от над 1 млн. туристи годишно.

ВАРНА

Бряг на вдъхновението

Морската столица бе първият български град, който официално обяви желанието си да представи страната ни пред Европа. Около кандидатурата се обединиха представители на бизнеса и на институциите, а за слоган на кампанията бе избран "Бряг на вдъхновението".

С годините Варна се е утвърдил не само като важна туристическа дестинация, но и като територия на добре съхранени културни традиции и на развиващото се модерно изкуство. Градът може да се гордее както с древното си минало, така и с богатата фестивална култура. Достойно място в културния живот на Европа заема фестивалът за класическа музика, който се провежда от 1926 г. и е



част от програмата на "Варненско лято". От този цикъл са и фестивалите за театрално изкуство и джаз музика, които имат повече от 20-годишна история. През 2014-а пък признатият и високо оценен Международен балетен конкурс ще отбележи 50-годишен юбилей. Бога-

тият културен живот на града се допълва от редица други музикални, театрални, филмови и фотографски прояви, както и от форуми, посветени на модерното изкуство. Всяка година те привличат хиляди гости и туристи от всички точки на Стария континент.

Въстанието на Петър и Асен и краят на византийското владичество

● Македония окончателно се присъединява към България при управлението на цар Калоян

Акаг. Велев, в предишния разговор стигнахме до въстанието на братята Петър и Асен... Имало ли е от историческа гледна точка обективни условия за неговото избухване?

- Да, защото през 1185 г. Византия преживява сериозна държавна криза.

- В какво се изразява тази криза?

- Норманите окупират Албания и Македония, като превземат Солун и достигат крепостта Серес с тенденция да продължат към Одрин и Цариград. От груга страна, сръбският жупан Стефан и маджарите настъпват от запад и достигат Средец. Междувременно във Византийската империя се вдигат няколко въстания, едното от които завършва с убийството на императора Ангроник I и възкачване на престола на Исак II Ангел.

Настъпва и всеобщ стопански упадък, съчетан със силната конкуренция на градовете републики Венеция, Генуа и Пиза.

- Има ли конкретен повод за българското въстание?

- Капката, която прелива чашата, е налагане на допълнителен данък върху българското население. При тази обстановка във Византия на 26 октомври 1185 г. на празника на св. Димитър Солунски в гр. Търново, по време на освещаване на черквата, братята Теодор и Белгун, по-късно прекръстени с имената Петър и Асен, вдигат въстание.

То обхваща цяла Северна България. Към него се присъединяват и власите, живеещи на север от Дунав. Въстанието под ръководството на двамата братя е добре организирано, което и допринася за неговия успех.

- Как реагира Византия?

- През 1185 г. византийската войска начело с чичото на императора, севастократор Йоан, се отправя към въстаналата област. До сражение не се стига поради отстраняването на севастократора от земята по подозрение за участие в заговор срещу императора. На негово място е назначен Йоан

С акаг. Григор Велев разговаря Румен Леонидов



Акаг. Григор Велев

кат мир. Сключеният договор за мир предвижда признаване на независимостта на България, в рамките на която влизат Северна България и част от Тракия.

- Докога трае този мирен договор?

- До 1190 г., когато император Исак II Ангел прави опит да възстанови властта над българските

поставя началото на Второто българско царство.

- Десет години по-късно България успява да си върне земите с българско население...

- Наистина, чак през 1195 г. България успява да си върне Белградската и Браничевската област, след което българската войска се насочва към Ниш. През пролетта на 1196 г. българите разгромяват византийските войски в Беломорието, като пленяват севастократора Исак, зет на императора. Следва серия от тежки сражения с византийската войска в Родопската област и Македония.

- Кога Македония започва да се нарича Долна земя?

- След освобождаването и присъединяването на Македония към България тя придобива названието *Долна земя*, за да се разграничава от Северна България, която е наречена *Горна земя*. За това свидетелства издадената грамота от българския цар Константин Асен (1258-1278), дадена на манастира "Св. Георги Бързи" край Скопие. Названието *Долна земя* срещаме и в добавките към българския превод на Манасиевата хроника от XIV век. След 1202 г. в Македония е въведено ново административно деление, което разделя областта на райони (хори).



България след въстанието на братята Петър и Асен

Районът на въстанието на Добромир Хриз (жълто)



ва при управлението на цар Калоян... Как се случва това?

- Заставайки начело на Българската държава, цар Калоян установява близък контакт с болярина Добромир Хриз, който се е укрепил вече в крепостта Просек (Демир капия).

- Какво знаем за личността на Добромир Хриз и за въстанието му през 1185 г. в Македония?

- Трябва да отбележим, че след въстанието на Георги Войтех е трябвало да измине цял век, за да се вдигнат българите отново на бунт. Въстанието на Добромир Хриз избухва скоро след обявяване на независимостта на България от братята Петър и Асен.

Относно личността на Добромир Хриз има няколко версии и сериозни дискусии сред историографите. Първите твърдят, че той е български болярин. Според Никита Хониат той е българин по произход, въпреки че носи гръцко или влашко име. Румънските историографи твърдят, че има влашки произход. Това донякъде обяснява неговото непоследователно поведение спрямо България. Пак според Никита Хониат "той (Добромир Хриз) беше в съгласие с Петър и Асен относно въстанието, което те вдигнаха". Историкът Петър Мутафчиев пише, че през 1185 г. братята Белгун (Йоан Асен) и Теодор (Петър) са изпратили Добромир Хриз с един конен отряд в Маке-

дония, за да вдигне въстание. Но тъй като територията на вдигнатото въстание от братята Асеновци е откъсната от България, боляринът успява да завладее през 1187 г. значителни територии от Северна и Средна Македония, след което се обявява за независим владетел. През 1189 г. той успява да завладее и района на Струмица, като се установява в крепостта Просек (Демир капия).

- Науката разполага ли с други сведения за Добромир Хриз?

- Летописецът Никита Хониат отбелязва, че "не много по-късно (след въстанието на Петър и Асен) Добромир Хриз беше уличен, че клони към сънародниците си, и то все повече и повече". Той смята, че поради тази причина императорът Алексей III Ангел губи доверието си към Добромир Хриз. След поредното нападение на ромеите Добромир Хриз е пленен и хвърлен в тъмница. По-късно обаче, през 1196 г., когато въстанието се разраства, император Алексей III Ангел е принуден да освободи Добромир Хриз и да възстанови имотите и владенията му с надеждата, че ще го усмири и привлече за съюзник. За целта той оженва Добромир Хриз за дъщерята на своя братовчед Мануил Камица.

- Нека спрем готук, а за взаимодействието между Добромир Хриз и цар Калоян ще разкажете в следващия брой...

Кантакузин, чиято войска е разбита от въстаниците при една нощна атака. За да се справи с разширяващото се въстание, императорът изпраща войска начело с прославения военачалник Алексей Врана, който, вместо да поведе войската срещу въстаниците, тръгва към Цариград, за да участва във военен преврат срещу императора. Заговорът е потушен.

- Каква е хрониката на



Черквата "Св. Димитър", където е обявено въстанието

следващите събития?

- През 1185 г. византийският император лично предприема мощен поход срещу въстаниците, в резултат на което българите са принудени да се оттеглят на север от Дунав, където търсят помощ от куманите. Щом византийската войска се оттегля, българите отново се завръщат заедно с куманската конница и завземат почти цяла Северна България. По това време българите в Македония начело с Добромир Хриз също се вдигат на бунт.

През 1187 г. императорът Исак II Ангел предприема нов поход към Ловеч. Крепостта организира добре своята отбрана, като отбива всички атаки на ромеите. Това ги принуждава да ус-



Вдигането на въстанието - гравюра "Обявяване на въстанието", худ. Подженов

земи. В резултат на устроенията му засада в Тревненския проход той побягва панически. Византийската армия е разгромена. През 1185 г. Петър е провъзгласен за български цар. С този акт е обявена окончателно независимостта на България и се

създадени са четири района: Скопски, Прилепски, Деволски и Арбанашки (Албания). А Охридската архиепископия продължава да носи името "българска".

- Но окончателното присъединяване на Македония към България ста-

Нов метод за лечение на рака печели наградата на 2013 г.

Кристина ПЕШИНА

Повече за това да си изобретател в България, за трудния път, през който минава едно откритие - от идеята през осъществяването ѝ до патентното свидетелство, разговоряме с гл. ас. Александър Гизбрехт. Той и неговият екип са носител на наградата в категория "Електроника и електротехника". Учените спечелиха престижното отличие за създадената от тях система за фотодинамична терапия на онкологични заболявания. Естествено всяко едно изобретение трябва да бъде в полза на човечеството, затова и по света приоритетни по финансиране са онези, които директно са насочени и гарантират по-високо качество на живот. А какво по-важно от нов метод, който да дава предимство на човека в борбата с рака? Една борба, която става все по-предизвикателна за учените по цялата планета.

"Важното за всяка професия е да се стремиш да бъдеш на ниво, а самите изобретения не са самоцелни. Това винаги е процес, резултат на дългогодишна всекидневна работа, в която една идея се появява, изкрystalизира и се оформя. Николай, като се събуди сутрин, не си казва: "Ето днес ще направя изобретение", разказва ученият, а отношението му към професията, която е избрал, е далеч от онова непрекъснато хленчене, с което сме свикнали, за това колко е трудно да си учен в България.

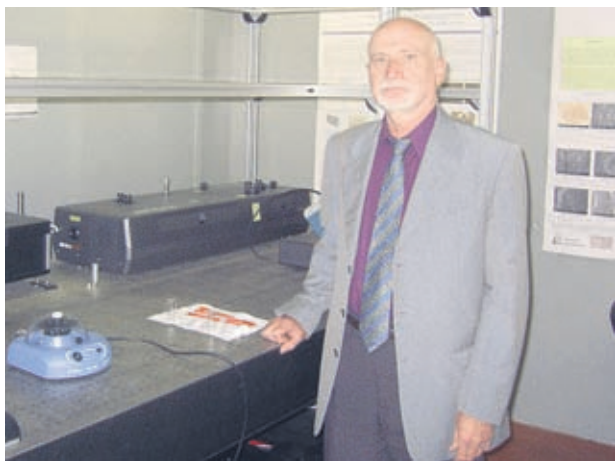
Една от най-болните теми е финансирането

Кой дава парите за изобретенията в днешно време и трудно ли се осигуряват средства за наука? Все важни въпроси, които няма как да подминем в разговора.

"Изобретенията се финансират, от една страна, от Академията на науките, от друга страна, ние успяваме да печелим проекти чрез работата си. Лабораторията, в която аз работя (Лаборатория по биофотоника към Института по електроника на БАН), печели както национални, така и международни проекти", обяснява Александър Гизбрехт.

Биофотониката изследва процесите на взаимодействието на светлината с биологични обекти.

Наскоро се състоя церемонията по връчването на наградите "Изобретател на годината - 2013". За пореден път Патентното ведомство и Съюзът на изобретателите в България отчетоха приноса на хората, които обикновено остават встрани и невидими за обществото. Често техните постижения са по-известни навън за



Това е нова наука, обединяваща учени физици, биолози и химици. "В последните няколко години ние спечелихме шест национални и международни проекта, които ни позволяват да си осигуряваме финансиране. Искам да подчертая, че това не е единственото изобретение на нашата лаборатория. Ние имаме в момента четири признати патента (включително и два международни), няколко национални и международни награди", изтъква изобретателят. А що се отнася до самото документално оформяне на патента, то не е проблем. Служителите от Патентното ведомство сътрудничат професионално, допълва събеседникът ни.

Разбира се, научната дейност у нас, като всичко останало, се развива по нашенски -

на светлинни години от напредналите държави

и с много трески за дялане. "Научната работа поради самата си същност всекидневно е свързана с генерирането на нови идеи. Това е най-важният съвременен фактор, имащ решаващо значение за създаване на конкурентна икономика. Човешкият капитал е в състояние да даде значително по-голяма възвращаемост, отколкото традиционните фактори на производство", твърди ученият. В развитите страни, например САЩ, Германия, две трети от разходите за изследователска и внедрителска дейност се осъществяват в частния сектор. Бизнесът непрекъснато "преследва" учените да генерират нови идеи и плаща за това. С една тре-

граница, отколкото на родна почва. Замислете се самите вие за колко съвременни постижения на българските учени се срещате. В съзнанието ви по-скоро са останали телевизионни кадри от поредните проблеми в БАН и воплите на работещите там наши специалисти, недоволни и от условията, и от заплащането.

мателство може да бъде изпълнена бързо с качествено съдържание", изтъква проблемите, но и тяхното решение г-н Гизбрехт.

Фотодинамична терапия за лечение на онкологични заболявания

Методът е известен. Той се състои в това, че в организма се въкарват определени багрила, които се натрупват специално в туморните клетки, които имат афинитет към тези своеобразни багрила. По този начин се създава контраст между здравите и болните клетки. Когато има разлика между тях, се създава възможност да въздействаш върху болната клетка с определен вид светлина и да я увредиш. Това се случва в резултат на фотохимични реакции в клетката, в която се появяват активни радикали - в частност синглетен кислород. Тези радикали са химически активни и въздействат върху болната клетка, нарушавайки нейния метаболизъм. По този начин тя може да бъде унищожена. Синглетен кислород е активна форма на кислород. Колкото повече радикали има в клетката, толкова по-голяма е вероятност-

та за въздействие върху нея.

"Нашият метод чрез специално подобрена лазерна светлина способства за фотодисоциацията на оксигемоглобина, който пренася кислорода по кръвен път в клетките. Въздействайки чрез подходящата светлина върху оксигемоглобина, стимулираме фотодисоциацията и освобождаването на кислорода в околващите тъкани. Това е свойство на нашия организъм. По този начин можем да повишим неколккратно локалната концентрация на кислорода в необходимата област и да увеличим количеството на синглетния кислород, което пък от своя страна вече въздейства върху болните клетки", разказва съзателят на фотодинамичната терапия.

Новото в този метод е, че се използва неинвазивно въздействие върху организма за терапия на дерматологични (включително и онкологични) заболявания,

т.е. въздействие, което не наранява организма като цяло, а използва собствените му вътрешни ресурси. Трябва да се подчертае, че този метод в комбинация с други може да се прилага за лечение на всички дерматологични заболявания, свързани с нарушено хранене на клетките с кислород (трудно зарастващи рани, декубитус, изгаряния и др.).

"Този процес - от идеята през иновацията до официалното одобрение, е много дълъг, но специално в медицината той е необходим. Имаме научна идея, която е доказана експериментално. Доказваме, че нашият метод може да увеличи неколккратно (около четири пъти) количеството свободен кислород в областта на въздействие. Следващата стъпка е свързването ни със специалисти, с лекари, с медицински кабинети, клинични изпитания и апробация. Колко време ще отнеме това зависи до голяма степен от лекарите, защото те работят с хора и тяхната първа грижа е да не навредят. От тази гледна точка те по-рядко са склонни да правят нововъведения. За щастие нашият екип познава медици, които са склонни да внедряват новото в своята практика, и ще се обърнем към тях.

Следва още работа, нови публикации, доказване и оттам нататък нещата вече зависят и от Министерството на здравеопазването", описва пътя, който им предстои, Александър Гизбрехт и допълва, че общоприетото мнение на учените и медиците е, че бъдещето в лечението на тежките заболявания принадлежи на интегративната медицина, т.е. медицината, която използва едновременно въздействието на няколко научно доказани фактори, взаимно подпомагащи и допълващи се.

EasyCredit

ПАРИ НАЗАЕМ ОТ ПРИЯТЕЛ
...ВЕЧЕ И ЗА ПРИЯТЕЛ!

Студентски живот, знаете как е...
При студентите парите никога не стигат, за това татко ми изпрати пари с **Изи Кредит**.

СОФИЯ

ШУМЕН

0700 18 100

без допълнително таксуване

ЛЕКАРСТВО ПРИ БОЛКИ В СТАВИТЕ

КОМЕДИЯ ОТ БЪОРНСОН

МАРКА РУСКИ АВТОМОБИЛИ

СЧУКАН И ПРЕСЯТ ПРЕПЕЧЕН ХЛЯБ

ВИД СЛОЖЕН СИЛОГИЗЪМ

ЛИЦЕ, БОЛНО ОТ ПРОГРЕ-СИВНО ЛИНЕЕНЕ

ПОЕЗИЯ НА ЧУВСТАТА

ИТАЛИАНСКА КИНОАКТРИ-СА-"НОЩТА"

ГЕРОИНА ОТ ШОПСКИЯ ЕПОС

ВЛАКНОДАЙ-НО РАСТЕНИЕ

КОРЕЙСКА МЯРКА ЗА ДЪЛЖИНА

ЕДНОИМЕН-НИ РЕКА И ЩАТ В САЩ

ПРАБЪЛГАР-СКИ РОД

НАШ ШАХ-МАТИСТ, БИВШ СВ.Ш.

ШЛОСЕРСКИ ИНСТРУ-МЕНТИ

ОТГОВОР-НОСТ ЗА ЩЕТА

ИГЛОЛИСТ-НО ДЪРВО

СТИХОТВО-РЕНИЕ ОТ ИВАН ВАЗОВ

ГЕРОЙ ОТ ТВ СЕРИАЛА "ЦЪРКВА ЗА ВЪЛЦИ"

НАМЕТКА ЗАБРАДКА

ДАМСКО БЕЛЪО

МАРКА ЯПОНСКИ ФО-ТОПАРАТИ

НАУКА ЗА НАСЛЕДСТ-ВЕНОСТТА

ПЕЧАТАРСКИ ШРИФТ

МУЗИКАЛНА НОТА

ПТИЦА ОТ РАЗРЕД КЪЛБАЧИ

УКРАШЕНИЯ

ТИБЕТСКИ ВОП

ТРОПИЧЕС-КО ДЪРВО-ГИГАНТ

НАШ ФИЛМ С Н.КОКАНОВА

СВЕТОВНА ОРГАНИ-ЗАЦИЯ

СТИХОТВОР-НА СТЫЛКА

ЗВЪНЕЦ ХЛОПАТАР

ЧАСТ ОТ СТРЕЛКОВО ОРЪЖИЕ

ГРАД В ГРУЗИЯ

НАШ ИСТО-РИК ПРОФЕ-СОРЕКТОР НА СУ

ДНЕВНИ ДОМАШНИ УВЕСЕЛЕНИЯ

ЧАСТ ОТ ОБУВКА

ПУХКАВА ТЪКАН ЗА ПОДПЛАТА

СТАРА ДРЕБ-НА ФРЕНСКА МОНЕТА

ФРЕНСКИ МОДЕЛИЕР 1936 - 2008

ПОПУЛЯРНА ГРУЗИНСКА ПЕСЕН

ДРУГО ИМЕ НА ВИТ."А"

ПЛАНИНА В ТАНЗАНИЯ

ВРЪХ В СРЕ-ДНА ГОРА

КОЗМЕТИЧЕН ПРИБОР ЗА МИГЛИ

НАША РОКГРУПА

ШАХМАТНА ФИГУРА

ГЕРОИНА НА Б.РАЙНОВ "ПЪТИЩА ЗА НИКЪДЕ"

БОЛЕСТ НА ЧЕРВАТА

ХИДРОТЕХ-НИЧЕСКО СЪ-ОРЪЖЕНИЕ

ДОМАКИН ДОМОУПРА-ВИТЕЛ

РОМАН ОТ ИСКО ОТА

ОБЩЕСТВЕ-НО ПОЛО-ЖЕНИЕ

ЛУДОЛФОВО-ТО ЧИСЛО

МАРКА НАША ПАСТА ЗА ЗЪБИ

ОСТРОВ КРАИ САРДИНИЯ

ГЕРОИНА НА ДДИМОВ "ПОЧИВКА В АРКО ИРИС"

НАШ ОБЛАС-ТЕН ГРАД

РАСТЕНИЕ ОТ СЕИНИ-КОШВЕТНИ

РЕКА В РУ-СИЯ, ПРИТОК НА АНГАРА

ПЕВЧЕСКИ СЪСТАВ

УНГАРСКИ ТРОС-МАЙСТОР

НАШ ИСТОРИК ЕТНОГРАФ 1828 - 1906

ГЕРОИНА НА Б.ШОУ-"ХЛЯБ ПО ВОДИТЕ"

СИСТЕМА ОТ ПРАВИЛА ЗА РАБОТА

МАРКА НАШИ ТЕЛЕФОНИ

ДРЕБЕН ГРИЗАЧ

ПОРТУГАЛС-КИ ФУТБО-ЛИСТ "М.ЮНАЙТЕД"

МАРКА БЕШЕШКО МЛЯКО ОТ "НЕСТЛЕ"

ДОЛНА ЧАСТ НА СТАЯ

СТИХОТВО-РЕНИЕ ОТ А.МИЦКЕВИЧ

УЧИТЕЛИ ПО КРАСНО-РЕЧИЕ

ГЕРОЙ НА ЕЛИН ПЕЛИН "ЗЕМЯ"

ГЕРОЙ НА ЕЛИН ПЕЛИН "КОСАЧИ"

НАШ НАРО-ДЕН ТАНЦ

БРАТ НА ЦАР САМУИЛ

ГЕРОЙ НА Й. ИВАНОВ-"ВЕ-ЧЕРИ В АНТИ-МОВСКИЯ ХАН"

ДЪЛГО ДЪР-ВО ОТПРЕД НА КАРУЦА

ГРАД В ИЕМЕН

МИНЕРАЛ С ЧЕРВЕН КАФЯВ ИЛИ СИВ ЦВЯТ

Ambinor

Презареги с Амбинор!

ESOPHARM

Ambinor

20

РЕЧНИК: ВОКИЛ, ЕЛИНОР, КОТОМАНА. ЛЕКО. ОКУМЕ. ПИЛАР. ПИЦУНДА. ТАБЕТИК.

МИХАИЛ МИЦЕВ

Отговори на кръстословицата от бр. 44:

ВОДОРАВНО: Ценз. Рюген. "Масив атак". Неофит. Нелина. Акаси. Азо. Ема Бовари. Енос. Онора (Роже). Отар. КОКОЛИНО. "Ад". Седан. Ар. Ванев (Златан). Ивиرون. Ира. Ер. Книн. Нар. Яго. Олин (Лина). Лопата. Инари. БРАВА. Об. Онопа. Аз. Ягело. Ака. Атове. Превал. Татяна Лолова. Аман. Маратон. Бараки. Акинети. Арон. Мечи лук. Але (Морис). Ягоди. Абати. Има.

ОТВЕСНО: СЕНЗОДИН. "Рарака". Неон. Вила. "Емил". УЗО. "Осиновяване". Ферер (Давид). Пагане. Примадона. "Ел". "Тя". Юта. "Анатол". МиГ. Аг. Бон. Работа. Енот. Арад. Янева (Ева). АТАРИ. Лар. Ято. Омир. Анона. Аника. Окан (Бай). Оса. Оригинал. Ма. Ек. Роно (Хенри). Обет. Иванова (Лили). Апалачи. Акола (Пол). Оратори. "Стас и Нели". Овали. Ас. Нери (Франческа). Авакум ("Приключенията на Авакум Захов"). Якимов (Димитър). Незе (Марко). Ика.

ЛЕСНО

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

СРЕДНО

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

ТРУДНО

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

След по-малко от месец ще се отвори зимният трансферен пазар на Стария континент, но вече започнаха слухове кой къде ще отиде. Очаква се новина номер едно да е свързана с най-добрия български футболист в последното десетилетие Димитър Бербатов. Той почти сигурно ще напусне лондонския Фулъм, но посоката все още не е ясна. Напоследък го пращат в Италия (Фиорентина), Испания (Барселона) и Турция (Фенербахче, Трабзонспор).

С оглед предстоящата трансферна лудост вестник "Животът днес" реши да ви припомни по-значимите трансфери през миналото лято, когато напук на икономическата криза сумите, които бяха дадени, скочиха на космически висоти. Световните финансови проблеми сякаш въобще не съществуват в елитния футбол. Отборите от водещите първенства в Англия, Испания, Германия, Италия и Франция изхарчиха невероятните доскоро 2,074 милиарда евро за нови играчи. Общо за целия

3 МИЛИАРДА ЕВРО БЯХА ДАДЕНИ ЗА ТРАНСФЕРИ В ЕВРОПА



континент сумата надхвърли 3 милиарда.

Абсолютен рекордьор стана Гарет Бейл. Крилото на Тотнъм премина в Реал Мадрид за феноменалните

100 млн. паунда. Реал върна половината от сумата, като даде Месут Йозил за 47 млн. евро на Арсенал. Няколко месеца по-късно обаче се вижда, че май Арсенал са по-късметливите.

Барса се подсили с Неймар. Бразилската перла на Сантос беше договорена за 57 млн. евро. Като цяло Примера Дивисион изхарчи 395 млн. евро, колкото и в италианската Серия А.

Във Франция пазарът също бе значим, като бяха дадени 371 млн. евро. Новите движещи сили в страната ПСЖ и Монако пошуряха, а

босовете им въобще не пестяха средства. Парижани изляха 64,5 млн. евро за нападателя на Наполи Единсон Кавани. Монако контрира с 60 млн. за Рагамет Фалкао от Атлетико Мадрид, 40 млн. за Джеймс Родригес от Порто и 25 млн. за Жоао Моутиньо.

В Англия Тотнъм успя да изразходи прилежно получените 100 млн. евро от продажбата на Гарет Бейл. "Шпорите" счупиха цели три пъти трансферния си рекорд в рамките на месец с привличането на Паулиньо (17 млн.), Роберто



Солгаго (30 млн.) и Ерик Ламела (35 млн.). Жозе Моуриньо беляза завръщането си в Челси с привличането на дуото от Анжи Самуел Ето'о (под наем) и Вилиан (38 млн.), а освен това се подсили със звездата на Байер Леверкузен Андре Шюрле (22 млн.).

Луи пари пръсна и Манчестър Сити. Новият мениджър на тима Мануел Пелегрини взе халфа на Шахтър Донецк Фернандиньо за 30 млн. и подсили атаката си с Алваро Негредо (25), Стефан Йоветич (26) и Хесус Навас (20). Местният съперник Манчестър Юнайтед дълго време пасува на пазара, но в последните минути си осигури подписа на "великана"

от Евертън Маруан Фелайни срещу 33 млн. евро.

Големите "риби" в Германия рано-рано опекоха работата си. Байерн Мюнхен открдна още в края на миналия сезон Марио Гьотце от Борусия Дортмунд срещу 37 млн. евро. Новият треньор на тима Пеп Гуардиола си осигури срещу 25 млн. евро и любимеца си от Барселона Тиаго Алкантара. Дортмунд пък замени Гьотце с Хенрих Мхитарян. Арменецът пристигна от Шахтър Донецк срещу 27,5 млн. евро. Общо Първа Бундеслига се нарежда на пето място сред европейските държави по изхарчените 271 млн. евро през лятото.

„Галактическият“ пазар на Реал Мадрид

1. Гарет Бейл (Уелс) - от Тотнъм за 100 млн. евро
2. Кристиано Роналдо (Португалия) - от Манчестър Юнайтед за 94 млн. евро
3. Зинедин Зидан (Франция) - от Ювентус за 73,5 млн. евро
4. Кака (Бразилия) - август 2009 от Милан за 65 млн. евро
5. Луиш Фигу (Португалия) - от Барселона за 60 млн. евро
6. Роналдо (Бразилия) - август 2002 от Интер за 45 млн. евро
7. Дейвид Бекъм (Англия) - юли 2003 от Манчестър Юнайтед за 37,5 млн. евро
8. Шаби Алонсо (Испания) - юли 2009 от Ливърпул за 35,4 млн. евро
9. Карим Бензема (Франция) - юли 2009 от Олимпик (Лион) за 35 млн. евро
10. Иско (Испания) - юли 2013 от Малага за 30 млн. евро
11. Лука Модрич (Хърватия) - август 2012 от Тотнъм за 30 млн. евро
12. Робиньо (Бразилия) - август 2005 от Сантос за 24 млн. евро
13. Месут Йозил (Германия) - август 2010 от Вердер (Бремен) за 18 млн. евро
14. Майкъл Оуен (Англия) - юли 2004 от Ливърпул за 12 млн. евро

Отборите от английската Висша лига са похарчили над 741 млн. евро през летния трансферен прозорец. Премиерният рекорд от 589 млн. евро беше поставен през 2008 г. Сред големите сделки се отличава тази за Месут Йозил, който премина от Реал в Арсенал за 50 млн. евро. Силен трансфер в последния момент

В Англия биха рекорда

успяха да направят и Манчестър Юнайтед. Червените дяволи привлякоха белгийския халф на Евертън Маруан Фелайни за 32,4 млн. евро. "Този трансферен прозорец се отличава с нови рекорди: нов рекорд при похарчените от клубовете във Висшата лига пари, как-

то и нов рекорд за най-скъп играч", коментира Дан Джоунс от спортния бизнес отдел на Deloitte.

Клубовете от Висшата лига успяха да натрупат сериозни парични средства благодарение на сделката за телевизионните права, която ще бъде в сила през

следващите три сезона. British Telecom (BT) ще похарчи 738 млн. паунда (870,5 млн. евро) за правото да предава на живо 38 футболни срещи на сезон. Медийният гигант Sky дава 2,3 млрд. паунда (2,7 млрд. евро) за 116 мача на сезон.

TV АКЦЕНТИ

Вторник, 3 декември

17:25 ч. Р. спортист - Солнок (баскетбол, Еврочалендж) по БНТ 2 и БНТ свят
22:00 ч. Кристъл Палас - Уест Хем (футбол, Висша лига) по Нова спорт

Сряда, 4 декември

14:00 ч. Лудогорец - Черно море (футбол, А група) по ТВ 7
16:00 ч. Левски - Любимец (футбол, А група) по Нюз 7
18:00 ч. Литекс - Черноморец (футбол, А група) по Нюз 7
18:00 ч. Лукойл Академик - Пинар (баскетбол, Еврокупа) по БНТ 1
21:45 ч. Манчестър Юн - Евертън (футбол, Висша лига) по Нова спорт

Четвъртък, 5 декември

14:00 ч. Ботев Пг - ЦСКА (футбол, А група) по ТВ 7
20:00 ч. Марек - Копра (волейбол, ШЛ) по БНТ 2 и БНТ свят

Петък, 6 декември

17:50 ч. Футбол (Теглене жребия за Мондиал 2014) по БНТ 1
21:45 ч. Болоня - Ювентус (футбол, Серия А) по bTV Action

Събота, 7 декември

13:00 ч. Славия - Литекс (футбол, А група) по Нюз 7
15:15 ч. Лудогорец - Левски (футбол, А група) по ТВ 7
17:15 ч. Берое - Локо Сф (футбол, А група) по Нюз 7
17:55 ч. ЦСКА - Левски Бол (волейбол, Суперлига) по БНТ 2 и БНТ свят

Неделя, 8 декември

14:00 ч. Локо Пг - Ботев Пг (футбол, А група) по ТВ 7
15:30 ч. Фулъм - Астън Вила (футбол, Висша лига) по Диема
16:00 ч. ЦСКА - Пирин ГД (футбол, А група) по Нюз 7
18:00 ч. Левски - Лукойл Академик (баскетбол, НБА) по Нюз 7

Понеделник, 9 декември

22:00 ч. Суонси - Хъл Сити (футбол, Висша лига) по Нова спорт

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

BGvolleyball.com
ВОЛЕЙБОЛНАТА МЕДИЯ на България

BG
volleyball

ПО-ЗНАЧИМИТЕ НАШИ ТРАНСФЕРИ В ЕВРОПА

Александър Тонев: Лех (Познан, Пол) - Астън Вила (Анг)
Николай Михайлов: Твенте (Хол) - Верона (Ит)
Тодор Негелев: Ботев (Пловдив) - Майнц (Гер)
Георги Миланов: Литекс (Бъл) - ЦСКА (Москва, Рус)
Живко Миланов: Васлуй (Рум) - Том (Томск, Рус)
Петър Занев: Волин (Укр) - Амкал (Рус)
Иван Иванов: Партизан (Сър) - Базел (Швейц)
Илиян Мицански: Кайзерслаутерн (Гер) - Карлсруе (Гер)
Едисон Йорданов: Ханза (Гер) - Борусия Дортмунд II (Гер)
Иван Бандаловски: ЦСКА - Ауг Хеверле Льовен (Бел)
Спас Делев: ЦСКА - Лас Палмас (Исп)
Даниел Златков: Славия (Бъл) - Болуспор (Тур)
Николай Димитров: Самсунспор (Тур) - Болуспор (Тур)



Александър Тонев

БЪЛГАРИЯ САМО ПРОДАВАШЕ

Трансферът на Георги Миланов от Литекс в ЦСКА (Москва) е № 1 за България през лятото със своите 3,78 млн. евро. Благодарение на добрите си изри през миналия сезон и най-вече тези с националния екип Александър Тонев успя да стигне до английската Висша лига. Астън Вила даде за него на полския Лех 3,1 млн., но националът ни няма много изгрово време. Подобна е и сумата, която даде Майнц 05 за младата звезда на Ботев (Пг) и българския футбол Тодор Негелев. Трансферът обаче ще бъде факт от 1 януари 2014 г., ако халфът се възстанови.

Своите отбори сменяха и националите Николай Михайлов, Спас Делев, Илиян Мицански, Иван Иванов, като първите двама облякоха екипи на отбори от елитните първенства на Италия и Испания.



ТОП 25 НА СТАРИЯ КОНТИНЕНТ

1. Гарет Бейл - Тотнъм (Анг) - Реал (Мадрид, Исп) - 100 млн.
2. Едinson Кавани - Наполи (Ит) - ПСЖ (Фр) - 64,5 млн.
3. Радамел Фалкао - Атлетико (Мадрид, Исп) - Монако (Фр) - 60 млн.
4. Неймар - Сантос (Бр) - Барселона (Исп) - 57 млн.
5. Месут Йозил - Реал (Мадрид, Исп) - Арсенал (Анг) - 47 млн.
6. Джеймс Родригес - Порто (Пор) - Монако (Фр) - 40 млн.
7. Фернандиньо - Шахтърор (Донецк, Укр) - Манчестър Сити (Анг) - 40 млн.
8. Вилиан - Анжи (Рус) - Челси (Анг) - 38 млн.
9. Марио Гьотце - Борусия (Дортмунд, Гер) - Байерн (Гер) - 37 млн.
10. Гонсало Игуаин - Реал (Мадрид, Исп) - Наполи (Ит) - 37 млн.
11. Маруан Фелайни - Евертън (Анг) - Манчестър Юнайтед (Анг) - 33 млн.
12. Маркиньос - Рома (Ит) - ПСЖ (Фр) - 31,4 млн.
13. Роберто Солдадо - Валенсия (Исп) - Тотнъм (Анг) - 30 млн.
14. Иско - Малага (Исп) - Реал (Мадрид, Исп) - 30 млн.
15. Ерик Ламела - Рома (Ит) - Тотнъм (Ит) - 30 млн.
16. Асиер Ияраменди - Реал Сосиедад (Исп) - Реал (Мадрид, Исп) - 30 млн.
17. Хенрих Мхитарян - Шахтърор (Донецк, Укр) - Борусия (Дортмунд, Гер) - 27,5 млн.
18. Стефан Йоветич - Фиорентина (Ит) - Манчестър Сити (Анг) - 26 млн.
19. Тиаго Алкантара - Барселона (Исп) - Байерн Мюнхен (Гер) - 25 млн.
20. Жоао Моутиньо - Порто (Пор) - Монако (Фр) - 25 млн.
21. Тиаго Алкантара - Барселона (Исп) - Байерн (Гер) - 25 млн.
22. Алваро Негредо - Севиля (Исп) - Манчестър Сити (Исп) - 25 млн.
23. Бернардо - Атлетико (Минейро, Бр) - Шахтърор (Донецк, Укр) - 25 млн.
24. Андре Шюрле - Байер (Лeverкузен, Гер) - Челси (Анг) - 22 млн.
25. Хесус Навас - Севиля (Исп) - Манчестър Сити (Анг) - 20 млн.

НОВО

Презареди с Амбинор!

Ambinor

Аргинин аспартат, Магнезий, Витамин В6

Само 2 ампули дневно!

За повече енергия и жизнен тонус при:

- учене
- работа, стрес
- ежедневно натоварване
- спорт
- боледуване

ЕСOPHARM
www.ecopharm.bg

Търсете в аптеките

Интуитивният избор Peugeot 308



Битката за пазари в конкурентния среден клас стигна дотам, че комфортът и технологиите застигнаха това, което предлагаша доскоро премиум автомобилите от луксозните марки. От тази задочна напревара печели само клиентът и в това се уверихме, когато седнахме зад волана на Peugeot 308 по време на

нарочен тест драйв. В сърцето на Родопите, по острите и с различни виражи завои усетихме "спортното прераждане" на френското лъвче. Новите технологии, по-лекото купе (теглото е намалено със 140 kg), изчистените форми и уникалното пътнo поведение пращат компактният хечбек в елитната първа класа на семейните предло-

жения. Изпитването на всеки детайл от страна на дизайнери и инженери е довело до модел, който възпламенява въображението, докато шофирате. Друг е въпросът, че колата е провокатор и непрекъснато сякаш ви подканя да натиснете още повече педала на газта, за да усетите, че отлично се справя с предизвикателствата на земно-

то притегляне. Но да не забравяме, че физическите закони са валидни навсякъде и за всички и прекаленото заиграване със спортните страсти на хечбека може да доведе най-малкото до глоба от КАТ.

Оптималният аеродинамичен силует и чудесният център на тежестта (свален с 20 мм) сякаш са накарали купето да се сгъне плътнo към асфалта. По този начин шофьорът се чувства сигурен във възможностите на френското бижу.

Ако се върнем назад в близката история на марката, ще отбележим, че моделът дебютира през септември 2007 г. на салона във Франкфурт и бързо спечели многобройна публика. След това през 2008-а видяхме комбита, през 2011-а фейслифт в Женева и сега отново имаме изцяло нов автомобил. Несъмнено цялостният завършек на визията не би бил толкова привлекателен, ако отсъстваха LED светлините при хромираната предна решетка или тези при задните фарове. Но пък хубавото е, че те са серийно производство. Ще отбележим, че усещането за голям автомобил идва от новата и революционна модулна платформа EMP2, върху която ще се правят и други модели на Peugeot за в бъдеще.

Истинското вдъхновение е вътре и идва от така наречения Peugeot i-Cockpit. Воланът е малък, спортен, с електрически усилвател, в долната си част е "резнат" и оттук идва усещането за наличие от страна на двигателя на пътна агресивност. С което всеки настанил се удобно върху ергономичната седалка ще се съгласи след изминаването на 250-300 км. Изчистеният дизайн на централното табло е иновация, която акцентира върху 9,7-инчов сензорен дисплей и единствен централен бутон, заимстван от колите в по-горния клас. Интуитивното боравене с командните иконки е новост, която тотално вдъхновява младото поколение, което е свикнало по този начин да работи и с мобилните си телефони. Голямата новост е, че цялото табло е проектирано така, че да е на нивото на очите. Неприятно ли е по време на движение да отклоняваш вниманието си и да разчиташ на тъч скрийн команди? Не, защото най-разумното нещо за по-голяма безопасност е, още преди да тръгнеш, да настроиш климатика, да зададеш параметрите на ограничителя на скоростта, да фиксираш задължителното разстояние до автомобила пред теб при движение по магистрала например и гр. Нави-

гацията е приспособена и за карти с по-голям размер, а опростеното задаване на маршрут прави по-лек живота на шофьора. Постигнато е перфектно качество на звука от аудиосистемата чрез 8 високоговорителя и субуфер на Denon. За безопасността се грижат Електронностабилизиращата програма ESP със система против приплъзване ASR, динамичният контрол на стабилността (CDS), антиблокиращата система на колелата (ABS), електронното разпределение на спирачното усилие (REF) и системата за помощ при внезапно спиране (AFU), както и 6 въздушни възглавници.

Клиентите могат да избират между 10 цвят-ови предложения за купето и 7 вида тапицерии. Тестваният 1,2-литров бензинов VTi двигател с мощност 82 к.с. и 5-степенна механична скоростна кутия ни даде среден разход от 5,9 л на 100 км, но да не забравяме, че го карахме предимно в планински участъци. По каталог обаче средният показател е 5 л на 100 км.

Със сигурност семейният хечбек с изразени спортни възможности, икономични двигатели и базова цена от 28 946 лв. много скоро ще се превърне в пазарен хит у нас.

КОЛЕДНА ПРОМОЦИЯ НА **sale.peugeot.bg**

120 ОФЕРТИ ЗА РАЗЛИЧНИ МОДЕЛИ НА СКЛАД

Peugeot 301 Active

ПЪЛЕН С ЕКСТРИ

22 570 ЛЕВА С ДДС

1.2 VTi / 72 к.с.

РАДИО CD/ MP3

ЛЕТИ ДЖАНТИ

BLUETOOTH

ЕЛЕКТРОУСИЛВАТЕЛ НА ВОЛАНА

КЛИМАТИК

ПРЕДНИ ЕЛЕКТРИЧЕСКИ СЪТЪКЛА И ОГЛЕДАЛА

4 въздушни възглавници

ABS ESP

5 ГОДИНИ ГАРАНЦИЯ



Разход на гориво (л/100 км): смесен цикъл - 5,3, градски - 7, извънградски - 4,3, CO₂ емисии: 116 г/км



PEUGEOT

MOTION & EMOTION

София Франс Ауто

Бургас 056/860 590 Варна 052/554 111 В. Търново 0879/123 222 Добрич 058/690 138 Карлово 0335/94 209 Кюстендил 078/552 452
Монтана 096/300 013 Пазарджик 034/442 499 Плевен 064/833 699 Пловдив 032/908 000 Разград 084/630 033 Русе 082/840 466
Сандански 0746/31 911 Севлиево 0675/32 003 Сливен 044/600 106 Смолян 0301/60 963 София Ботевградско шосе 02/8922 131
София Люлин 02/9216 131 София Цариградско шосе 02/9601 131 Стара Загора 042/670 418 Търговище 0601/67 050

Заблугата Porsche Macan



На автосалона в Лос Анджелис се очакваше Porsche Macan да стане звезда в очите на американците. Познавачите отбелязаха, че германците този път са се изхитрили и всъщност показват смалена версия на флагмана Cayenne с по-динамична стойка и по-ниска линия на покрива. Интериорът на новия модел-заблуда е творчески "копиран" от Cayenne, като използва наготово разполо-

жението на уредите от по-големия събрат и широката централна конзола. Macan ще се появи в Европа в три силови модификации - Macan S, Macan Diesel S и Macan Turbo. Първата разполага с 3,0-литров бензинов битурбо мотор с мощност 340 к.с. и 460 Нм въртящ момент. Малкият SUV ускорява от 0 до 100 км/час за 5,5 сек. Diesel S се задвижва от мотор с работен обем от

3000 куб. см. Мощността му е 258 к.с., а въртящият момент - 580 Нм, които осигуряват от 0 до 100 км/час ускорение за 6,2 сек. Най-мощният Macan с обозначение Turbo има 3,6-литров V6 агрегат с турбо, мощност 400 к.с. и въртящ момент 500 Нм. От 0 до 100 км/ч се изстрелва за 4,8 сек, максималната му скорост е 269 км/час.

Страницата подготви
Станчо ШУКЕРОВ