

## ДЪРЖАВНОСТ



ЕС ни критикува  
за липса  
на реформи

Анализ на стр. 6

## ПРИЗВАНИЕ



Проф. Григор  
Горчев въведе  
операции  
с робот

на стр. 11 и 17

**Actavis**

Наг **700 000** читатели всяка седмица

Брой 18 (99), 13 - 19 май 2014 г. (год. III)

# ЖИВОТЪТ ДНЕС

Разпространява се  
безплатно



Томислав Дончев:  
**Да създаваме  
богатство,  
а не дългове**

Интервю на Галина СПАСОВА на стр. 9

Снимка: Юлиан ДОНОВ

**Какви фактори  
влияят върху  
цената  
на тока**

на стр. 5

**Подготовката  
за  
първолаците  
вече започна**

на стр. 10

**История:  
Великите сили  
бяха против  
Съединението  
на България**

на стр. 26

**Спорт:  
Има ли шанс  
за родния  
футбол**

на стр. 32

**Денят на хранителната  
революция  
през 2014 е  
посветен  
на децата**

на стр. 28



**MARKET**  
Добрият Съсед наблизо!  
ЦЕНИТЕ СА ВАЛИДНИ ОТ 13 ДО 19 МАЙ 2014 г.

**-20%**  
на кулинария и салати от  
нашите витрини

**3.49** 3.49 г/кг  
Охладени пилешки горни бутчета  
кг, тарелка

**12.99** 24+8  
Тоалетна хартия "Zebra" White  
3 пластове, 32 броя

**1.49** 2.29 0.99  
Всички цени са в български лев, с включен ДДС. Приблизителните цени до изчерпване на наличните количества

Хранителна добавка

**Ginkofol**  
Ginkgo Biloba 60 mg

С контролирано съдържание на  
токсичната гинколова киселина - под 1 ppm

**ЕСOPHARM**

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

**ЕСOPHARM**  
Food supplement  
**Ginkofol**  
60 mg стандартизиран сух екстракт  
от листата на Гинко билоба,  
съдържащ 24% флавоноиди гликозиди  
и 6% терпен лактони

30  
таблетки



## Българчета спечелиха 10 медала на олимпиада по математика

С 5 сребърни и 5 бронзови медала за българските ученици приключи 31-вата Балканска олимпиада по математика, в която взеха участие отбори от 19 страни, включително от Италия, Великобритания, Саудитска Арабия, Казахстан.

България бе представена от два отбора. Първият отбор с ръководител гл. ас. д-р Стоян Боев (НБУ, София) и зам.-ръководи-

тел Иван Ангелов (МГ, Варна) завоюва 4 сребърни и 2 бронзови медала и зае престижното второ място в отборното класиране. Вторият отбор с ръководител доц. д-р Ивайло Кортезов (АК, София) и зам.-ръководител Линка Минчева (СМГ, София) спечели 1 сребърен и 3 бронзови медала. Със сребърни медали се прибраха Марк Андонов (12 клас, МГ, Варна), Нгуен Чи (12 клас, СМГ,

София), Станислав Чобанов (12 клас, МГ, Варна), Йордан Йорданов (12 клас, МГ, Варна) и Виолета Найденова (9 клас, СМГ, София).

Бронзови медали спечелиха Виктор Рагивчев (12 клас, МГ, Варна), Любен Личев (11 клас, ПМГ, Плевен), Павлена Ненова (12 клас, СМГ, София), Деница Маркова (10 клас, СМГ, София) и Петър Гайдаров (11 клас, ОМГ, Пловдив).



## Според данъчните декларации имаме 147 милионери

Общо 305,3 млн. лв. са спечелили 147-те физически лица, които са обявили в декларациите си доходи над 1 млн. лв., показват данните от обработените до момента декларации за доходите, съобщиха от НАП. Най-много са

получените суми от трудови и приравнени правоотношения - над 114 млн. лв., следват доходите от стопанска дейност като едноличен търговец - 71 млн. лв., и тези от прехвърляне на права и имуществата - 55 млн. лв. На

базата на данните за първите десет профила на българина, декларирал най-висок доход от 2013 г., е мъж на 49 години от София с доходи от над 6 млн. лв. годишно.

Според обработените до момента декларации

най-много "милионери" има в София - 66, следва Варна с 15 граждани с доходи от над един милион лева и Бургас с 11. Данни-

те показват също, че в Топ 10 на богатите хора има само една дама, а първенецът по доходи е зодия Дева.

## Отличници сме по спад на въглеродни емисии



България е сред страните в ЕС с най-голямо понижение на въглеродните емисии от производството на енергия през 2013 година, сочат предварителните данни на Евростат. През миналата година емисиите вредни газове, причинени от потреблението на фосилни горива, са 41,5 млн. тона, или с 10,2% по-малко спрямо 2012 г. Като цяло в ЕС има намаление - от 2,5% до 3,3 млрд. тона въглероден диоксид, сочат още данните на статистиката.


През миналата година намаление на емисиите е отчетено в 22 държави от общността. Най-сериозно то е в Кипър - с 14,7 на сто. На обратния полюс е Дания, където емисиите въглероден диоксид

се увеличават с 6,8%, следва Естония (4,4% ръст) и Португалия (3,6% ръст).


Най-голямата европейска икономика - Германия, увеличава емисиите си с 2 на сто. Като цяло германската енергетика е най-големият източник на замърсяване с парникови газове в енергийния сектор на ЕС през миналата година - почти 760 млн. тона.

Великобритания заема второто място с 454 млн. тона, но има понижение от 2,4% спрямо 2012 година.

Италия е на третото място по отношение на замърсяване с въглероден диоксид с 345 млн. тона през миналата година. Спрямо 2012 година понижението е от 6,6 на сто.



**CredoWeb**  
СОЦИАЛНАТА МРЕЖА  
ЗА ЗДРАВЕ



Безплатна консултация със специалист във форума

Електронен график за записване на прегледи

Подробна информация за лекари по болници, клиники, медицински центрове

Възможност за коментари и оценяване на специалисти

Новини, статии, интервюта с водещи медици

Не губете време!  
Регистрирайте се сега на [credoweb.bg](http://credoweb.bg)!

Цена 922 лв. на човек



Открийте лятото с Ли-Тур!  
Едноседмична почивка на пълен пансион в Коста дел Сол - Южна Испания

Самолетен билет, 4 звезден хотел, екскурзия до Михас, екскурзовод, медицинска застраховка  
Тел. за резервации  
02/989 15 55



## В епицентъра на медиите

## Отвореното писмо на „Протестна мрежа“ до Алианса на либералите и демократите за Европа

Н ека да кажем нещата с истинските имена - в момента върви кампания за политическа реабилитация на Делян Пеевски чрез кандигатирането му за Европейския парламент. Това е символичното отмъщение на реалните управляващи срещу гражданския протест от 14 юни 2013 година. Коалицията гоиде на власт с две очевидни съглашения (по-скоро трябва да ги наречем "сделки с дявола") - с ултранационалистите от "Атака" (които редовно спасяват важните вотове, въпреки че критикуват правителството) и с медийния и бизнес кръг около Делян Пеевски, който работи изцяло в тяхна полза. Номинирането на Пеевски за председател на ДАНС не е просто една персонална грешка, както се опитват да го представят прави-

телството на Орешарски и тези, които го подкрепят, а част от цялостната политическа сделка, благодарение на която това правителство продължава да съществува.

Доказателствата за това са както видимото управление на МВР в полза на лицето Пеевски, така и самият факт, че въпреки всички въпросителни около избора му за шеф на ДАНС (чиято биография прилича по-скоро на човек от криминалния контингент, отколкото на политик и магистрат) в момента нямаме информация дори за комисия, която да разследва това. Тъй като огромното мнозинство от медиите се страхуват да говорят за това, ние решихме да ги припомним отново, въпреки че те са публични и доказани. Защото именно мълчанието на медиите и анализатори позволя-

ва тази кампания да се случи.

Затова "Протестна мрежа" - нашето неформално гражданско сдружение, родено от протестите на 14 юни 2013 година - изпрати писмо до лидерите на Алианса на либералите и демократите за Европа (АЛДЕ). В него настояваме официалните лица от европартията да дадат становище относно номинацията за еврогенутат на Делян Пеевски, който според всички прогнозни социологически проучвания ще бъде избран за член на Европарламента след изборите на 25 май именно като член на групата на АЛДЕ.

Чрез приложените 14 факта бихме искали да припомним подробно историята на успехите в политиката и бизнеса на г-н Пеевски.

**Николай Стайков,**  
"Протестна мрежа"

## Факт 1

Пеевски е бивш зам.-министър и депутат, който арогантно заобикаля закона за деклариране на личното си имущество, разчитайки на гупката в закона, според която за това нарушение няма предвидено наказание. Дори само този факт го прави недостоеен за издигане, камо ли за избиране на каквото и да е държавен пост в една правова държава. Това няма да прочетете в огромното мнозинство български медии.

## Факт 2

На крехката възраст от 20 години Делян и майка му извършват нещо, което юристите наричат "неизпълнение на предварителен договор за продажба на имот", а излъганият купувач нарича "имотна измама". Няма да разберете този факт от огромното мнозинство български медии - журналистите масово бягат от подобни теми, въпреки че съдебните документи отдавна са публични.

## Факт 3

Най-младият зам.-министър и член на борд на най-голямото държавно пристанище става такъв, без да има диплома (която после получава, но се оказва, че я е получил, без да ходи на лекции). Въпреки посредствеността, в която сме затънали, това е, меко казано, скандално. Едва няколко български медии показва това, а мнозинството мълчи. За подобно нещо в цивилизованите страни се излиза от политиката.

## Факт 4

През 2009 година до черния джип на успелия млад



мъж, тогава само на 29 години, избухва бомба. Нямаме разкрит извършител, нито знаем защо един млад и успял човек ще е заплахата за някого с подобни методи.

## Факт 5

Медийната група на Пеевски и майка му - той не ги притежава, но ги нарича "моите медии" - от години не спазва и най-елементарните етични стандарти, а критиките към това нарича "медийна и конкурентна война". Рейтингите на България в класациите на медийна свобода падат, а повечето граждани и журналисти просто отвръщат глава от тях - уж от погнуса, но повечето от страх. Медийните бухалки обаче работят и мачкат всеки неубедителен според политическите задачи, които те изпълняват.

## Факт 6

В миналия парламент Пеевски е отсъствал от над 80% от заседанията, а всъщност с гласуването с чужди карти - от близо 100% от заседанията. Единственият проектозакон, който е внесъл в се-

газния - този за ограничаване на дейността на офшорните компании - се оказва бутафория на борба с корупцията (казусите "Булгартабак" и "Карагере"). Това е откровена подигравка с българския парламент и хвърляне на прах в очите на избирателите.

## Факт 7

Назначаването на Пеевски провокира невиджана досега гражданска, политическа и дипломатическа реакция, включително и чрез извънредна декларация на посланиците на Германия и Франция. Досега това няма аналог, но явно не е проблем за депутатите от управляващата коалиция. Те приличат на управление, което има бизнес план, а не политическа програма.

## Факт 8

Лично лидерът на БСП Сергей Станишев заяви при предишното си управление, че Пеевски няма морални качества да бъде зам.-министър в негово правителство. Пет години по-късно той заяви, че "или избираме Пеевски, или кабинетът пада". Какви сделки сключихте, г-н Станишев?

## Факт 9

Разследванията за имотите на Пеевски потъват в медийно мълчание. Оказа се, че половината от имотите, които той използва като свои, са собственост на офшорната фирма "Ната лимитед", регистрирана на Британските Вирджински острови. Няма коментар за това в огромното мнозинство от медиите. Страх, цензура или автоцензура? Най-вероятно и от трите по много.

## Факт 10

Ръководителят на правителствения пресцентър Ани Димитрова отказва да коментира своите връзки с фирма с краен собственик същата офшорна фирма, а предпочитат да бяга от камерите под кривата усмивка на премиера Пламен Орешарски. Димитрова е бивша служителка на майката на Пеевски и бивш изгрател на вестници с неясно финансиране. Тук дори няма нужда от коментар.

## Факт 11

През януари 2014 г. при опит на екип от журналис-

ти на френско-немската телевизия ARTE TV да снимат хотел "Берлин" в столичния квартал "Бояна" - щабквартира на Пеевски и място на срещи с други политици, магистрати и журналисти в лимузини с тъмни стъкла - личните данни на журналистите достигат само за един час от патрулния автомобил на Шесто РПУ до шефовете на телевизията, в която работи наетият видеооператор. Искането - виждане, изтриване и неизлъчване на записаното. Премиерът Орешарски казва, че ще коментира това изтичане на информация от МВР - още го чакаме, а и никои не го пита. Ние питаме - кой контролира всъщност полицията и МВР?

## Факт 12

През 2008 г. скандал в управляващата коалиция извади опити за рекетиране на държавната компания "Булгартабак" от страна на Пеевски и свързани с него лица, които също са лобирали и за хазартен лиценз на фирма с неизвестен офшорен собственик. Само преди месеци този краен собственик стана ясен - същата офшорна фирма с неизвестен собственик, с чиито имоти се разпорежда Пеевски като със свои.

## Факт 13

В мониторинговия доклад на ЕК от януари 2014 г. неговото име е споменато няколко пъти, а това е най-негативният доклад за България, публикуван някога. Това обаче явно не е проблем, поне докато не спрат европейските фондове.

## Факт 14

След всички това на Пеевски беше издадено през юни 2013 г. разрешение за най-високо ниво на достъп до класифицирана информация (включително и такава на НАТО и ЕС) за няколко работни дни и това се оказва нормално и законно. Каква сделка направихте с мафията, г-н Станишев, за да ѝ дадете достъп до най-силното разузнавателно средство в страната? Казахте ли я на вашите съпартийци, когато искахте тяхната безусловна подкрепа?

## ПОСОКИ

## За вътрешната слепота



Петър ГАЛЕВ

Ако се чудите има ли връзка между нерадостното състояние на държавата ни и факта, че едно домакинство отделила нищожна сума годишно за посещение на представления и за книги, бъдете сигурни, че връзката е пряка. Защото липсата на интереси извън яденето, пиенето и отоплението води до такова състояние на духа, което позволява да бъдем удобно манипулирани от всякакви лъжепророци. Ще кажете, че парите не стигат... Ами вижте статистиката за изхарченото по празниците. А в същото време има и хора, които предпочитат да пропуснат хранене, но да отидат на театър и концерт. Така че не е толкова голяма тайна. Известно е, че човек вижда това, което знае. А точно изкуството е носител на вековния опит, то концентрира преживяванията, надеждите и излъганите очаквания на поколения назад и всеки път доказва максимата, че няма нищо ново под слънцето. Но като не искаме да възприемаме този опит, ставаме елементарна мишена и плодородна почва за избуяването на най-големите саркастично-популистски послания. Как например да се усетиш, че евроизборите пряко не могат да доведат до никакви социални придобивки, като не си чел нито законите, нито книгите, в които са изброени и осмислени политическите еквилибристики с доверието на избирателите. Затова в момента ефирът се пълни с небивалици как, ако гласуваме този път "правилно", на другия ден налъимите ще дадат цвят и плод. Трябва да сме сигурни, че духовната диета, на която сме се подложил, води до още по-голяма оскъдица и така порочният кръг се затваря. Затова удете на театър, прочетете книга, няма да останете гладни в никои смисъл на тази дума.



Илияна АНГЕЛОВА

Седемте години членство в Европейския съюз не са подобрили особено бизнес средата у нас. Дори напротив - положението не спира да се влошава, констатираат предприемачите. Този извод се налага от последната анкета за бизнес средата в България, проведена през февруари 2014 г. от Германо-българската търговска камара у нас.

Ниските данъци и разходи за заплати не могат да компенсират мудната и незадоволителна работа на институциите. Към това се добавят масовата корупция, престъпността и непрозрачните обществени поръчки. Затова немските бизнесмени поставят България на 14-о място сред 16 държави от Централна, Източна и Югоизточна Европа по политическа, социална и правна сигурност. Излиза, че страната ни е сред най-корумпирани и криминализирани държави от бившия социалистически лагер. По някои показатели като работата на съда и прилагането на закони и разпоредби от институциите България изостава дори от страни като Албания и Босна и Херцеговина.

Чуждият бизнес у нас категорично не е удовлетворен от условията. България се нарежда на последните места сред 16-те страни от Централна и Източна Европа по политическа и социална стабилност (на 15-о място, преди Босна и Херцеговина), правна сигурност (на последно място, след Албания). На 12-о място сме по развитие на инфраструктурата. Това означава, че инвеститорите не са до-



# Според предприемачите икономическата обстановка у нас се влошава

волни от работата на съда и институциите у нас, осъзнават, че не се предприемат сериозни мерки за справяне с корупцията и престъпността (след нас са само Словения и Босна и Херцеговина).

## За първи път изнасяме повече за Германия, отколкото внасяме

Въпреки неблагоприятните фактори на бизнес средата в България търговският обмен с Германия продължава да нараства. Основните ни предимства са ниската данъчна тежест, евтината работна

сила и членството в Европейския съюз. Това обаче не може да компенсира недостатъците. 43% от анкетираниите фирми оценяват икономическата обстановка у нас като лоша, 47% - като задоволителна. Едва 10% я описват като добра. Все пак оптимистите надделяват - 41% очакват подобрение в собственото предприятие през 2014 г. в сравнение с 2013 г., само 6% се опасават от по-лоши резултати. Освен това половината фирми вярват, че износът им през настоящата година ще се увеличи (от понижение се опасават само 5%). Добри са прогнозите и във връзка

със заетостта - 41% от анкетираниите прогнозира откритането на нови работни места, а само 14% смятат, че ще се разделят с част от персонала си в близките месеци.

82% от фирмите отговарят положително на въпроса "Бихте ли инвестирали отново в България?". Тази нагласа се потвърждава и от статистиката на БНБ - за 2013 г. германските преки инвестиции са 135,5 млн. евро, след като през 2011 г. за първи път беше отчетен отлив (минус 45,7 млн. евро). Това са 12% от общия обем на онова, което чуждите предприемачи влизат в икономиката на страната.

Германия е не само инвеститор, но и най-важният чуждестранен пазар за българска продукция. През миналата година износът на България към Германия е на стойност 2,683 млрд. евро - повече от износа към която и да е друга страна. Стойността му надвишава за първи път, макар и леко, вноса на немски стоки у нас, който е 2,642 млрд. евро. Търговският обмен между България и Германия за 2013 г. достигна нов рекорд от 5,3 млрд. евро (рост от 11,3% спрямо предходната година).

## Обществените поръчки у нас - непрозрачни

Членството ни в Евро-

пейския съюз определено улеснява чуждия бизнес. Чиновниците у нас обаче са мудни и некомпетентни, а обществените поръчки са непрозрачни (15-о място). Ниските данъци са единственото нещо, което улеснява работата на инвеститорите. Приемлива за тях е и данъчната ни система (4-та позиция). Тези условия позволяват на инвеститорите сравнително бързо да генерират капитал.

Усещането на българите за срив в образователната система се потвърждава и от германския бизнес у нас. Фирмите подкрепят България по качество на професионалното и академичното образование на последна и предпоследна позиция в сравнение с другите държави от Централна и Източна Европа. Логично е, че високата безработица до голяма степен е обусловена от факта, че хората, останали без препитание, нямат търсените от пазара квалификации. По наличност на специализирана работна ръка сме на предпоследно място.

Затова пък, когато намерят правилния специалист, той не струва скъпо на фирмите - цената на работната сила в България е изключително ниска. По този показател заемаме първо място сред останалите страни. Изводите от анкетата сред немските фирми у нас не са изненада. До голяма степен отговорите сега съвпадат с тези от миналогодишна-

та анкета. Равносметката обаче е тъжна: проблемите се формулират ясно, но липсва политическа воля за справяне с тях.

## Кой участва в анкетата

От 2005 г. Германо-българската индустриално-търговска камара (ГБИТК) участва всяка година в проучването на бизнес средата на германските външнотърговски камари на държави от Централна и Източна Европа. Проучването хвърля светлина върху силните и проблемните страни на региона. Служи за ориентир на бизнеса и прогнози за бъдещи икономически тенденции. През 2014 г. ГБИТК за първи път прави сравнение на резултати от България с тези от всички 16 германски външнотърговски камари в Централна и Източна Европа, които провеждат анкетата с аналогични въпроси.

През 2014 г. 99 фирми - членки на ГБИТК, се включват в проучването. 77% от тях са малки и средни предприятия с до 250 служители, а 23% спадат към категорията на големите предприятия. Участници в регионалните анкети в Централна и Източна Европа са общо 1435 фирми. Фирмите - членки на ГБИТК, са предимно инвеститори в България и предприятия, които поддържат търговски взаимоотношения с Германия.





# Цената на тока драстично изостава от пазарната



Проф. Атанас Тасев

**Проф. Тасев, напук на очакванията и коментарите процедурата за отнемане на лицензите на трите електроснабдителни предприятия (ЕСП) не беше спряна, а само отложена до 12 май. Защо изобщо се стигна до тази процедура, каква вина имат ЕСП-тата и възможно ли е наистина да бъдат отнети лицензите им?**

- Да, наистина е крайно време обществото да разбере кой кой е в цялата тази игра около лицензите на ЕСП-тата. На първо място, хората трябва да са наясно, че ЕСП-тата реално събират повече от 60% от приходите в електроенергийната система на страната и 100% от приходите на т.нар. регулиран пазар. Следователно ЕСП-тата събират основния паричен поток в енергетиката, което е и тяхно основно задължение. На второ място, трябва да се има предвид, че проблемът с лицензите на ЕСП-тата възникна именно сега поради тежкото финансово състояние, в което се намира НЕК. Проблемът е в това, че поради някои не съвсем прецизни политики в сектор "Енергетика" официално беше признато, че в приходите на НЕК зее дупка от около 500 млн. лева само поради това, че разходите за изкупуване на енергията, произведена от възобновяеми енергийни източници (ВЕИ), реално не бяха предвидени в ценообразуването. Тук искам да вметна, че още през 2012 г. тогавашният председател на ДКЕВР Ангел Семенджиев разбра, че тази ситуация трябва да се коригира по някакъв начин. И за да намали дефицита в приходите на НЕК, той въведе временни цени за достъп до системата, благодарение на което бяха събрани около 300 млн. лева - доказателство, че това би бил един добър компенсационен механизъм. Само че поради очевидно недос-

● Крайно време е политиците да спрат да правят грешки, които цялото общество скъпо плаща

**С проф. Атанас Тасев, енергиен експерт, разговаря Бисер Терзиев**

матъчния административен капацитет на ДКЕВР и НЕК те не успяха да го защитят пред ВАС и той отпадна. В резултат на това тези около 300 млн. лв., които бяха събрани, сега ще трябва да се връщат, което на практика увеличи дефицита на НЕК още повече. Тук веднага искам да припомня, че финансовият дефицит в НЕК съществуваше отдавна. Преди дни стана ясно, че НЕК например дължи около 350 млн. само на АЕЦ "Козлодуй", като, доколкото съм информиран, това задължение е формирано още по времето, когато директор на централата беше Валентин Николов. НЕК има огромни задължения и към други предприятия, като по официални данни дефицитът на компанията е към 2 млрд. лева. Така че, да се върнем на въпроса - основният проблем в енергетиката в момента е тежката ликвидна криза на НЕК. И ако компанията някак си балансираше и се справяше с тази тежка ситуация, изведнъж част от паричния поток към нея беше прихванат едностранно от трите ЕСП-та. Вследствие на което и без това нестабилното състояние на НЕК беше драстично разклатено. Това принуди НЕК да сезира ДКЕВР и да бъде поискано отнемането на лицензите на ЕСП-тата.

**- И все пак - защо? Прихващането на суми е обичайна търговска практика, нали така?**

- Да, така е. Аз преглеждах документацията и видях, че тази наистина обичайна за търговските взаимоотношения практика, която е в съответствие с Търговския закон, е съществувала от дълги години и в предприятията от енергийния сектор. Само че има един съществен детайл - прихващането на суми трябва да става по взаимно съгласие. А в случая с прихващането на суми от ЕСП-тата има едностранно волеизявление от тяхна страна. За да обясня по-ясно нещата, ще използвам метафора: когато между двама мъже се случва нещо по вза-



имно съгласие, то се нарича любов, а когато една от страните не е съгласна, тогава то се тълкува като изнасилване. В случая с прихващането на суми от ЕСП-тата това беше и първото обвинение - че едностранно, в условията на тежка ликвидна криза, ЕСП са прихванали част от паричния поток към НЕК. Това, разбира се, те са направили, за да защитят самите себе си, тъй като на практика НЕК им дължи дори повече от задържаното. Това самоволно прихващане срещна много остра съпротива в НЕК и отпращи вълната: НЕК се жалва пред ДКЕВР, която реагира моментално и задължи ЕСП-тата да възстановят сумите, едва след което всички спорове между НЕК и ЕСП-тата да се решават.

**- Тук обаче възникна въпросът, че НЕК не е обикновено енергийно предприятие, а обществен доставчик на електроенергия. Поради това прихващането на суми от страна на ЕСП-тата, което destabilизира НЕК, беше изтъкнато и като съзнателни действия срещу националната сигурност на страната.**

- Да, най-тежкото обвинение е за съгласувани действия срещу националната сигурност на държавата. Аз отдавна говоря колко е силна връзката между стабилността на енергетиката и на държавното управление. Затова отправих апел към всички политически сили да сключат някакъв консенсус конкретно за сектор "Енергетика", за да бъде създадена някаква стабилна политическа

основа за следващото правителство, което ще и да е то.

**- Какъв е изходът от така създамата се ситуация около ЕСП-тата?**

- Проблемът е в това, че в така създамата се казус между НЕК и ЕСП-тата всички са прави. Затова този гордиев възел трябва да бъде разплетен обратно на начина, по който беше създаден. Радостното е, че именно по този сценарий започна да действа и регулаторната комисия. Тя откри процедура за отнемането на лицензите на трите ЕСП-та. Започнаха преговори, по време на които ЕСП-тата разбраха, че трябва да се разруши хипотезата за съгласувани действия срещу НЕК, т.е. - срещу националната сигурност.

**- Но отнемане на лицензи няма да има, нали така?**

- Няма да има. Отнемането на лицензите не решава проблема. Истината е, че тези ЕСП-та реално са кухи предприятия, без активи. Това е търговската част в електроенергетиката, която също е в условия на дефицит, и, както ви кажат старите хора, да отнемеш лицензите им е все едно да вземеш на босия цървулите. По принцип, когато правиш нещо, трябва да знаеш какъв ефект ще постигнеш с него. А в дадения случай никакъв ефект няма да бъде постигнат с отнемането на лицензите.

**- Основната причина за днешното тежко състояние на електроенергетиката не е ли приватизацията на ЕРП-та-**

**та? Знаете, че ПП "Атака" постави на дневен ред въпроса за национализацията им. Възможно ли е това и до какво би довело то?**

- България отдавна е държава с пазарно стопанство и с вече създадени условия за либерализация в енергийния сектор. В този смисъл всяка идея за одържавяване на фирми, особено в енергийния сектор, на практика е връщане далече назад във времето, което би струвало изключително скъпо на обществото. Вярно е, че никой никъде по света не обича естествените монополи. Но у нас цялото това напрежение в енергетиката се създаде основно поради ниското ниво на доходите. Политиката на ценообразуване в сектор "Енергетика" и политиката на доходите у нас влязоха в трайно противоречие. И докато не се реши проблемът с доходите, докато не започне да работи стабилно и икономиката, проблемите на енергетиката няма да се разрешат, напротив - ще става все по-зле. В този смисъл хубавото е, че една от основните тези в новата енергийна стратегия, която се очаква да излезе в близките дни, е в енергетиката вече да има по-малко държава и повече икономика.

**- Какво мислите за идеята за триетапно посъкпване на тока в рамките на една година, като се започне от 1 юли тази година?**

- Това е мое предложение, за което настоявах още преди една година. По подобен сценарий беше спасена енергетиката

още през 2002 г., когато бях консултант на Световната банка (СБ). Тогава състоянието на енергетиката беше също много тежко и се оказа, че цената на електроенергията веднага трябва да скочи с 53%. Експертите на СБ обаче моментално реагираха и формулираха връзката между ценообразуването и стабилността на държавното управление. Затова беше приета превантивна мярка за планомерно увеличаване на цената на електроенергията в рамките на 3-годишен период - с 20, 15 и 10 на сто, или кумулативно - с близо 52%. Проблемът е, че сега ситуацията е коренно различна. Очаква се от 1 юли да заработи балансиращият пазар, т.е. да преминем към пълна либерализация. Вече се провеждат тестове и пазарът бавно и трудно върви към либерализацията. Създадени са балансиращите групи, готова е методиката за начина на разплащане. Все още я няма електроенергийната борса, която да затваря в отделни случаи цикъла, но и тя ще бъде създадена.

**- Каква е Вашата прогноза за цената на тока от 1 юли?**

- Не искам да се ангажирам с прогнози за никакво увеличение. Дали ще е 1% или 15% вече няма никакво значение, защото, първо, това вече няма да е достатъчно, и второ - от политическа гледна точка ефектът все ще е един и същ. Всеки кабинет, който посмее да вдигне цената, би паднал веднага. Затова аз апелирам да се проведе една много масова разяснителна кампания, зад която да застанат всички политически сили и да заявят ясно пред обществото, че цената на електроенергията в България изостава драстично от реалната и че трябва да я настигне! Крайно време е вече цената на електроенергията да престане да бъде политически аргумент преди избори. Защото ще дойде следващият кабинет и веднага ще се изправи пред същия проблем.

**- С колко настоящата цена на електроенергията изостава от реалната?**

- С около 50%. Дебалансът е много голям и НЕК още утре може да рухне.



Агелина МАРИНИ  
www.euinside.eu

# Много стратегии и нула реформи в България

Ако се съди по досегашните специфични национални препоръки на Европейската комисия, реформите у нас са напълно парализирани. Ако се съди по националната програма за реформи, която се актуализира от правителството всяка година на базата на тези конкретни препоръки, то парализата ще продължи и занапред. Това означава, че след около месец ще прочетем абсолютно същите конкретни препоръки, които четохме през 2013 и през 2012 година. Те са седем и обхващат следните ключови за функционирането на икономиката и обществото области: данъчна събираемост, пенсионна, здравна и образователна реформа, ефективност и независимост на съдебната система, ефективна и електронизирана администрация, борба с безработицата, особено младежката, енергийна сигурност и независимост. В междинния преглед по изпълнението на препоръките ЕК отчете няколко нюанса сиво, което е всичко друго, но не и добра новина.

## Данъчна събираемост

Миналата година ЕК поиска от българското правителство не просто да създаде цялостна данъчна стратегия за укрепване на всички аспекти на данъчното законодателство, а и създаването на независима институция, която да контролира бюджетната политика и да изготвя анализи и съвети. Според данните на Евростат, публикувани тази година за 2011 г. за нивата на събираемост на данъчните приходи, България е с най-ниско ниво на данъчна събираемост, измерено спрямо брутния вътрешен продукт - 27.2% при средно ниво в ЕС от 40%, а в еврозоната - 41%. Това е причината ЕК да препоръчва две години поред увеличаване на данъчната събираемост. Българското правителство отчита пред Брюксел в програмата за ре-



форми, която беше публикувана наскоро, че вече е създадена специализирана дирекция "Фискален контрол" към НАП, от която се очаква увеличение на приходите тази година с 200 млн. лева. Гласуваните промени в Закона за данъка върху добавената стойност също се очаква да доведат до увеличение на приходите тази година с между 200 и 400 млн. лева спрямо миналата година, пише в програмата.

## Пенсионна възраст

Втората конкретна препоръка на ЕК е да се предприемат мерки за подобряване на адекватността на пенсионната система, като се изравни възрастта за пенсиониране при мъжете и жените, както и да се засили контролът върху отпускането на пенсии за инвалидност и да се премахнат възможностите за ранно пенсиониране. Отговорът на София е, че през тази година ще започне обсъждане на ограничаването на ранното пенсиониране в Консултативния съвет за оптимизиране на осигурителната система към министъра на

труда и социалната политика. Също с обсъждане София отговаря на препоръката за изравняване на възрастта за пенсиониране между мъжете и жените. По отношение на контрола върху пенсията за инвалидност правителството на премиера Орешарски отчита, че до началото на юни тази година "следва" да приключи, което съвсем не е синоним на "ще" приключи, прехвърлянето на данните в интегрираната система между НОИ, Министерството на труда и социалната политика, Министерството на здравеопазването.

## Младежка заетост

ЕК смята, че минималните осигурителни прагове са една от съществени пречки пред борбата с младежката заетост в България, като посочва, че страната е в групата с най-висока младежка безработица - 28%. Според Комисията осигурителните прагове осъществяват прекомерно наемането на нискоквалифицирани работници. Освен това Брюксел поиска от прави-

телството в София да работи повече за интеграцията на ромите в националните стратегии за труд, както и да синхронизира търсенето и предлагането на пазара на труда. Отговорът е отново "ще обсъдим", "ще видим", "ще помислим". Кабинетът си поставя за цел до 2015 година да намали младежката безработица от 28.4% на 27.2%.

## Образователна реформа

ЕК все още не губи търпение и с очакването си прословутата образователна реформа да приключи. За целта обаче тя вероятно трябва да започне. Миналата година Комисията препоръча ускоряване на приемането на Закона за училищното образование, на което София отговаря с "Продължава работата на създадената през юли 2013 г. работна група за актуализация на проекта на нов Закон за училищното образование". Обяснява се, че преработката на проекта се налага заради въвеждането на допълнителни критерии за качество, както и за подобряване на достъпа до образование. Правителството очаква, че новият закон ще бъде приет от Народното събрание през 2015 година, което означава, че е много вероятно и тогава да прочетем същата специфична препоръка към България, освен ако новата Европейска комисия не смени грастично подхода.

## Намаляване на бюрокрацията

Също непроменена си стои и петата препоръка на ЕК за подобряване на бизнес средата, намаляване на бюрокрацията, въвеждане на електронното правителство и прилагане на законодателството за просрочените плащания. За пореден път се повтаря и необходимостта от незави-

симост на съдебната система, борба с корупцията и подобряване на достъпа на малки и средни предприятия до финансиране. До момента само 8% от администрациите предоставят услуги чрез единния портал на е-правителството. Експертите в Брюксел ще прочетат още, че през март е била одобрена стратегията за електронното управление, в която се поставя за цел броят на предоставяните административни услуги по електронен път да се увеличи до 57% до 2020 г. от сегашните 15%.

По отношение на съдебната реформа обаче правителството не заявява никакво намерение да промени сегашната ситуация. Нещо повече, то леко оголва зъби, като припомня в националната програма за реформи, че независимостта на съдебната система в България се гарантира чрез Конституцията в чл. 117 (2).

## Усвояемост на еврофондове

Шестата препоръка засяга усвояването на еврофондовете и изисква "правилното прилагане на законодателството за обществените поръчки, като разшири ex ante контрола, упражняван от Агенцията по обществените поръчки, с цел предотвратяване на нередности". По този въпрос правителството откликва отново с разработването на стратегия за развитие на обществените поръчки и нов проект за рамков Закон за обществените поръчки.

## Енергийна независимост

ЕК иска от правителството да създаде "прозрачен пазар на едро за електричество и природен газ" - тема, която е особено актуална заради събитията в Украйна. Ето какво е записало правителството в програмата за реформи по този повод: "осигуряването на енергийна независимост на пазара на газ в България продължава да бъде сред основните приоритети на страната, особено с оглед на последните политически и икономически събития по икономическата криза в Украйна. С цел осигуряване на по-евтин газ за българските производители и подобряване на тяхната конкурентоспособност и особено с цел гарантиране на енергийната независимост и сигурността на доставките на природен газ се работи усилено по всички инфраструктурни проекти. Специално внимание се отделя на изграждането на междусистемните, реверсивни газови

връзки със съседните страни (Гърция, Сърбия, Румъния и Турция). Дейностите по изграждането на междусистемната газова връзка България-Румъния (IBR) са приключени. След завършване на финалните тестови работи по съоръжението предстои неговото пускане в експлоатация, което се очаква до средата на 2014 г."

По повод критиките за спорната независимост на Държавната комисия за енергийно и водно регулиране правителството отчита, че са приети промени в устройствения правилник на комисията и че се обсъждат (вече са приети) изменения в Закона за енергетиката, с които на практика се засилва зависимостта от Русия, вместо да се намалява. Промените в закона бяха изцяло насочени към заобикаляне на Третия енергиен пакет на ЕС с проекта "Южен поток". Това в отчета не се споменава, но пък се посочва, че промените са свързани ОСНОВНО със законово регламентиране на независимостта на енергийния регулаторен орган, въвеждане на задължително оповестяване на информацията във връзка с процедурите по обсъждане на цените, както и създаване на Обществен съвет към ДКЕВР, който да участва в процеса по разглеждане и установяване на регулираните цени.

Едва ли четящите националната програма за реформи на България в Брюксел ще останат с различен извод от този, че за пореден път получават едно голямо нищо. Това нищо е резултат от липсата на приемственост и съгласие между основните политически сили в страната за необходимите реформи. С всяко ново правителство започват нови "анализи", пишат се нови "стратегии" и по този начин реалните реформи се отлагат за някога си. Правителството на Пламен Орешарски не прави изключение. Ако ЕК при топли отново без особен плам старите специфични препоръки, има голяма опасност не само българските политически партии, но и гражданите да изстинат към брюкселските усилия за стимулиране на реформите в най-бедната страна - членка на ЕС, точно както изстинаха по отношение на съдебната реформа, въпреки че България обеща да я довърши и така подведе ЕС да приеме страната на 1 януари 2007 година със специален Механизъм.

Изводът, който се налага от само себе си, е, че никакви механизми, идващи от Брюксел, няма да помогнат, ако гражданите не пожелаят сами реформите, изисквани от брюкселските бюрократи.

www.TOTO.bg

**ОНЛАЙН  
ЗАЛОЗИ**

**СПОРТ ТОТО**



Мирослава КИРИЛОВА

Десетте най-големи вериги в продажбите на храни, напитки и млечни изделия осигуряват не само работа на повече от 23 000 българи, но и 38% по-високи заплати от средните за сектора. Това показва анализ, направен от Института за пазарна икономика (ИПИ) на ефектите от навлизането на модерната търговия в пазара на храни и напитки в България. За сравнение към края на 2009 г. броят на наетите в търговските вериги е бил 16-17 хил. души. В момента работещите в големите хипермаркети се радват на високи заплати - средно 1048 лв. на месец спрямо 759 лв. средни брутни възнаграждения в бранша.

„Най-големият печеливш от навлизането на модерната търговия в България безспорно е потребителят. Естествено е предимството на големите вериги по отношение на асортимента от стоки. Докато веригите предлагат хиляди продукти от всякакви видове, производители и разфасовки, традиционната търговия има значително по-скромни възможности“, подчерта икономистът от ИПИ Николай Вълканов пред в. „Животът днес“.

Пазаруването от един обект, който предлага голям избор от стоки, облекчава съществено потребителите, чиято алтернатива е доскорошният начин на пазаруване - обикалянето на няколко обекта от традиционната търговия. Очевидно е предимството на големите обекти не само в богатия асортимент, а и във времето, което пестят на клиентите. Ако в големите хипермаркети (с площ над 5000 кв. м) се предлагат около 35 000 артикула, то в малките магазини броят им е между 500 и 700.

Потребителите обаче невинаги откриват всичко необходимо в големите търговски вериги. „Живеем до голям хипермаркет. На десет минути имам на разположение още един голям магазин. Въпреки това обаче не мога да си намеря хубави плодове и

# Големият печеливш от бума на търговските вериги е потребителят



зеленчуци. Винаги са вносни и макар да са на ниски цени в промоция, просто нямат вкус" - споделя Антония Захариева от столичния квартал "Младост". Тя купува български домати и вкусни плодове от малко квартално магазинче. "Познавам се със собственика. Чудесно момче, говори си с всички, пазарува директно от земеделци и от зеленчуковата борса и продава на разумни цени", обясни събеседничката ни.

Развитието на големите търговски вериги в България доведе до залазана на неконкурентоспособни квартални магазини, открити пазари, бакалии, сладкарници, пекарни и т.н. Ако до края на 90-те традиционната търговия доминираше в продажбите, то от началото на XXI век модерните супер и хипермаркети започват да увеличават своята роля на пазара. Към 2007 г. те вече държат над една четвърт, а към 2012 г. - около една трета от пазара, по обобщени данни за оборотите на компаниите от Сдружението за модерна търговия и изчисления на ИПИ. Промяната в търговията обаче отвори пазарна ниша и даде нови възможности за специализирани магазини и предприемчиви търговци на дребно. Хит са магазини за здравословни продукти, които предлагат не просто богат асортимент от храни и напитки, но и консултация с вещици в тематиката продавач. Предпочитани са и магазинчетата за чай и насипно кафе. Предимствата на бутиковите магазинчета за хранителни стоки е установил и Чавдар Соко-

лов: "Вкусът на козунака от кварталната бакалница няма нищо общо с този на опакованите козунаци, които се продават в големите обекти".

"Голяма част от бакалиите и малките магазини оцеляват благодарение на бързооборотните стоки. Понякога на човек му трябва нещо малко, конкретно, което е забравил да купи от големия хипермаркет или не му се влиза там - сол, хляб, мляко, плодове" - обясни икономистът Николай Вълканов. Според него като цяло нетният ефект върху пазара на труда не е негативен, а в най-лошия случай - неутрален по отношение на броя на заетите в търговията на дребно с храни, напитки и млечни изделия. Местните производители и доставчиците са поставени пред необходимостта да се съобразяват с нови условия и да полагат повече усилия да бъдат конкурентоспособни, ефективни и иновативни. "От всички тези промени в сектора най-големият победител са потребителите, за чието внимание се борят все повече играчи, които се стремят да предоставят по-добра продукция и услуга на по-ниска цена" - обобщил експертът.

В по-малките населени места в България обаче често потребителите нямат възможност за избор, защото могат да пазаруват от един-два магазина, които предлагат ограничен асортимент от стоки и поради липсата на конкуренция цените са високи. "Понякога хората са принудени да пазаруват от търговски монополисти, и то на високи це-

ни, защото би им излязло по-скъпо пътуването до голям град и зареждането на хладилника поне за седмица. Не можем да ви-

ним и големите търговски вериги, които нямат икономическа изгода и интерес да отворят магазини в населени места с под 10-12 хил. жители", обобщил Николай Вълканов.

Според доклада на ИПИ мит се оказват твърденията, че големите вериги не плащат данъци. "Не бива да се пренебрегва и ефектът от изсветляване на част от търговията с храни и напитки, за което трудно може да се намери друга причина освен навлизането на веригите за модерна търговия" - уточнил Вълканов. Според него на светло при търговията на дребно излизат над 5 млрд. лв. за периода 2004-2013 г., а допълнително събраният ДДС за периода е над 1 млрд. лв.

Данъчните ефекти от присъствието на големи-

те вериги не се изчерпват само с изсветляване на търговията и повече внесени косвени данъци. От 2007 г. досега десетте най-големи търговци с храни на дребно са внесли близо 475 млн. лв. данъци и осигуровки върху възнагражденията на служителите си. Към тези числа трябва да се прибавят и приблизително 78 млн. лв. платени корпоративни данъци по оценки на ИПИ на база данни от веригите.

"Кумулативният ефект върху фиска от внесените преки и косвени данъци и от изсветляването на част от търговията с храни за периода 2007-2013 г. се изчислява приблизително на 1,93 млрд. лв. или 1,3% от данъчно-осигурителните приходи в консолидираната фискална програма за същия период", обобщава докладът на ИПИ.

## ПРОГРАМА ЗЛАТНО ВРЕМЕ



## ЗЛАТНО ВРЕМЕ ЗА ЗЛАТНИ ХОРА

Открийте нови хоризонти със специална програма за Вас, пенсионери

- Без такса за откриване и обслужване на разплащателна сметка в лева и безплатно издадена дебитна карта
- Без такси за теглене от банкомат на Пощенска банка и от офиси на банката за суми до 2 000 лв. на ден
- Атрактивни лихви по разплащателната сметка, достигащи до 3%
- Възможност за 12-месечен срочен депозит „Златна рента“ с атрактивни лихви
- Възможност за овърдрафт за допълнителни средства в случай на необходимост

Условията по програма „Златно време“ са валидни за клиенти, които получават пенсията си по разплащателна сметка „Златно време“.

[www.postbank.bg](http://www.postbank.bg) | 0700 18 555

**Postbank**  
Решения за твоето утре



Американските гиганти на съвременните технологии като Microsoft, Oracle, Symantec и Hewlett-Packard (HP) се присъединява към санкциите на САЩ срещу руски банки и компании, като се очаква напълно да прекратят сътрудничеството си с тях. Ситуацията ще подтикне Русия да създаде собствено програмно обезпечение за най-важните сектори в държавата. Информацията е потвърдена от отговорния секретар на държавната комисия по стратегически информационни системи Андрей Черногоров. Според източници, близки до банката "Россия", изключването на задграничното програмно обезпечение се очаква всеки момент. Специалисти, работещи в Microsoft и Oracle, са се срещали по този повод с представители на една от банките, попаднали под санкциите на САЩ, и засега

# Microsoft се присъединява към санкциите срещу Русия

IT гигантите няма да лишат финансовата институция от програмните си продукти.

Заплахата е сериозна и специалистите, работещи в банките, търсят в спешен порядък възможности да заменят продуктите на американските компании, водещи в модерните технологии. Засега отношенията с тях не са изяснени, но съществува реалната опасност руските банки да останат без разрешение за ползване на лиценз.

Към санкциите се присъедини още една компания - Hewlett-Packard. Тя е престанала да предоставя необходимото оборудване на една от банките и ръководството ѝ в момента



търси с какво да го замени. Ръководството на американска IT компания твърди,

че тя няма право да продължи сътрудничеството си с партньори, спрямо които САЩ са въвели

ограничителни мерки.

Руските банки обаче официално лансират мнението, че ако прекъснат сътрудничеството си с водещите IT-производители в САЩ, това няма да им създаде сериозни затруднения. Някои специалисти твърдят, че що се отнася до информационните технологии, може и да не възникнат трудности. В случай че се прекрати лицензът на Microsoft, успокояват се от банките, това ще се отнася само до поддръжката, но не и до оборудването.

"Най-голямата уязвимост от страна на Microsoft не е Windows, а Microsoft.Net, който има закрит код и компонентите му не могат да бъдат напълно разкрити от специалистите. Това е все едно да поставиш в стаята черна кутия без да питаш какво има в нея. Много безопасно е предприятията да ползват програмно обезпечение с открит код", казва Черногоров.

Той също не вижда сериозна опасност за банковата сфера, тъй като банките според него са готови с ускорени темпове да пре-

минат към руските програмни технологии.

Ситуацията в момента дори може да провокира създаването на нови руски IT отрасли, като усилена разработка на собствен софтуер и апаратно оборудване. Това звучи доста оптимистично, защото сега 92% от ползваните от руските компании софтуерни продукти и IT технологии са на чужди компании.

От санкциите в по-голяма степен може да пострадат стратегическите предприятия на Русия, които използват за управление на ключовите си бизнес-процеси програмното обезпечение SAP, а в страната те са болшинството - 70-80% от Top 100 на компаниите. Черногоров предупреждава, че SAP трудно ще бъде заменен, ако се присъедини към санкциите на САЩ.

Президентът на Националната асоциация на иновациите и развитието на информационните технологии Олга Ускова не скрива възмущението си от подобен развой на събитията: "Такава практика още не е имало по света - най-големите производители да тръгнат след политиците в ущърб на своя бизнес и бизнеса на своите партньори. Страната, която ние смятаме за родоначалник на свободния бизнес, сега казва на своите компании в кои страни да работят и в кои - не". Според Ускова компаниите и банките, контрактите с които е възможно да бъдат прекратени, ще бъдат оцелели и са в правото си да дадат под съд IT компаниите и да търсят обезщетение за загубите си.

На 21 март за първи път Вашингтон обяви санкциите срещу Русия във връзка с присъединяването на Крим и поведението на Москва спрямо Украйна. Под удара попаднаха 27 руски граждани и банка "Россия". Втората вълна на наказателни мерки, обявени от президента на САЩ Барак Обама, обхваща 17 руски компании, развиващи своя бизнес в сферата на енергетиката, банковото дело и инфраструктурата. Между тях са "Акваника", "Авиа Груп", "Авиа груп Норд", ЗАО "Зест", Инвесткапиталбанк, Собинбанк, "Сахатранс", СМП Банк, "Стройгазмонтаж", "Стройтрансгаз", ИК "Аброс", "Трансойл", Volga Group и др. Предполага се, че цялото имущество и паричните средства на компаниите и банките, намиращи се на територията на САЩ и които са попаднали под удара на санкциите, ще бъдат блокирани и няма да могат да бъдат предмет на каквито и да било финансови операции. (ЖД)

Хранителна добавка

# Urocomfort

Благоприятно повлиява  
функцията на пикочните пътища

**ЕСОPHARM**  
Food supplement  
**Urocomfort**  
Комплексна формула, включваща  
ЧЕРВЕНА БОРОВИНКА,  
Д-МАНОЗА И  
КОПРИВА  
60  
жълтеникави капсули

**Урокомфорт при уроинфекции**

**ЕСОPHARM** Бул. "Черни Върх" №14 Бл. 3, 1421, София, България.  
Тел. 02/ 963 15 96, 963 15 97, Факс: 02/ 963 15 61



Томислав Дончев е роден през 1973 г. в Габрово. Завършва Математическата гимназия в града, философия и журналистика във ВТУ "Св. Кирил и Методий". По-късно интересът му се насочва към подготовката и управлението на проекти и преминава многобройни специализации. Като изпълнителен директор на Високотехнологичния бизнес инкубатор в Габрово подготвя и управлява десетки проекти в сферата на регио-

налното развитие, на икономиката, образованието и социалните дейности. Като независим консултант е обучавал представители на общини, областни администрации, НПО и фирми в над 20 селища в страната. През 2007 г. е избран за кмет на Габрово, а през март 2010 - за министър без портфейл в правителството на Бойко Борисов, отговарящ за управлението на европейските средства.



**Г**-н Дончев, защо европейската тема още не "пробива" в дебатите, а изборите са съвсем близо?

- Категорично европейската тема трябва да влезе - това са избори за Европейски парламент, не е боксов турнир, състезание по надпсуване или по заливане с помия, в каквото се опитват да го превърнат някои. Аз непрекъснато правя усилия да говоря, да дискутирам именно по европейски теми. Но понеже никой от опонентите ми не иска да дебатирате, аз избрах по-добрия вариант - разговарям с гражданите.

- Каква е масовата представа за ЕС според впечатленията Ви от тези срещи? Не се ли възприемаме повече като обект, отколкото като пълноправен субект в съюза?

- Дълга тема. Но ЕС за хората е символ на надеждата. И не става въпрос само за парите, които идваха оттам, но ЕС се възприема до голяма степен като един политически борд, който може да оправи дефектите на българската политика и да наказва политиците, когато не си вършат работата. Впрочем такава представа не е обезателно вредна и се случва не само в България. Важен е европейският разговор, защото институциите на ЕС остават непознати, неразбрани - което е тъжно не заради политическата грамотност на българина, а защото, когато не се познават европейските институции, това означава конкретно изпуснати възможности.

Не може да разсъждаваме за ЕС като нещо различно от България, защото сме част от Европа - независимо кой какво иска да ни обясни напоследък. И Европа е тук. Не само в София, но във всички наши градове и села. А иначе българските политици, които ще отидат в Европейския парламент, имат една основна задача - да го направят по-достъпен, по-разбираем за гражданите. Това ще е и моят пръв приоритет. Има добри механизми - не само срещи и контакт с гражданите, а и откриване на информационни офиси, има интернет като канал за комуникация - и мисля да се възползвам от всички тях.

# Популизмът е най-силната отрова за демокрацията

● **С Томислав Дончев, водач в листата на ГЕРБ за предстоящите избори за Европейски парламент, разговаря Галина Спасова**

- Какви са базисните различия с основните Ви опоненти?

- Ще съм затруднен, защото от повечето от тях не чувам ясни принципи, тези и цели. В предизборна ситуация, когато трябва да се проведе най-интензивното състезание на идеи, се говорят безобразни глупости. Един ще влиза в ЕС, за да го разруши отвътре, друг ще договаря повече пари за България, при условие че финансовата рамка до 2020-а бе съгласувана миналата година, и още неща от този сорт. Моите цели и приоритети са свързани с убеждението ми, че бъдещето на България е само и единствено в ЕС. Това не е клише, нека да напомня, че само преди няколко дни България бе официално поканена да стане член на Евразийския съюз. А има политически сили, които поставят под въпрос мястото на България в ЕС... Затова всеки кандидат в тези избори трябва да отговори ясно: Къде вижда мястото на България? В Европа или някъде другаде? На второ място - имаме ясно различие с тезата на социалистите. Те твърдят, че трябва да се сложи край на бюджетната консолидация, цитирам, да се развърже кесията и да се упражнява по-активна социална политика. Но нима бюджетната консолидация има алтернатива? Нима някой може да харчи повече, отколкото произвежда? Простете, но моята баба, която не е икономист, отлично знае, че от портфейла си не можеш да извадиш повече пари, отколкото има вътре. И не мога да разбера как сериозни политици се опитват да убедят хората в обратното.

Ние също смятаме, че държавите членки трябва да имат активна социална политика. Никой не оспорва необходимостта от помощ за хора, които са в нужда. В крайна сметка ние от ЕНП вярваме в социалната пазарна икономика. Но социалните помощи не могат да са алтернатива на истинската заетост, когато има доходи, икономиката работи, когато вървим от социални помощи към заетост.

- Преведете в реални стъпки Вашия девиз "Да създаваме богатство, а не дългове".

- Европа излиза от кризата. За нещастие България не дава особени признаци в тази посока. Но ние вече сме част от Европа и можем да станем по-богати само ако произвеждаме повече. За целта трябва да се създадат доста по-добри условия за правене на бизнес. Нека да напомня, че Европа не е сама на този свят. Тя е част от глобалната конкуренция - както със САЩ, така и с Азия. Ако искаме нашата икономика да бъде по-конкурентоспособна, ако искаме да има нови инвестиции, ние на първо място трябва да насърчаваме общия пазар, да редуцираме данъчното бреме, бюрокрацията. Всички излишни и спорни административни товари по отношение на бизнеса трябва да се премахнат. За да имаме конкурентоспособна икономика, ни е нужна енергийна сигурност. Тук имаме съвсем конкретна позиция - трябва да вървим към обща енергийна политика, която се основава на повече вътрешна свързаност и сигурност в доставките. Не трябва да подценяваме, а е нужно да обърнем повече

внимание на иновациите и на високите технологии, като специален акцент трябва да бъдат онлайн пазарът и дигиталните технологии. И нашата конкретна теза е, че трябва да работим за единен цифров пазар. В Европа в момента има 28 отделни цифрови пазара. А възможностите на общ дигитален пазар са неумоверни. Това би дало възможност на Европа да настигне, а защо не и да задмине САЩ като лидер в информационните технологии. Европа има достатъчно потенциал - кадри, ресурси. Само създаването на единен цифров пазар може да бъде моторът, който да постигне тази цел. И без да бъда многословен, искам да добавя - силата на Европа е в еврото, особено след като тя доказва, че може да преодолява жестоките кризи като тази отпреди няколко години. Трябва да се работи за разширяване на еврозоната, категорично сме против "Европа на две скорости". И моята лична теза е, че решението на повечето, ако не на всички проблеми е - повече Европа.

- Казахте тези дни, че ситуацията у нас е уникална в лошия смисъл на думата. Това означава ли безнадеждна? Всички повтарят мантрата за политическата воля, която все не достига...

- Уникална е ситуацията заради купищата управленски безобразия. Мога да коментирам всяко от тях в детайли, включително и професионални - това, което става в енергетиката, с европейските фондове, как се разпределя паричният ресурс на държавата. През последните двайсет и няколко години не е имало

такъв геноцид по отношение на редица български общини, управлявани от опозицията. Абсурд е управлението да отмъщава на гражданите си. Но това не е най-големият проблем. Не е дори и управленската немош. Най-големият проблем е подмяната, късането на връзката избиратели - избрани. Защото, ако всичко, което изброих, е проблем за справедливостта, проблем за икономиката, проблем за качеството на живот, подмяната е проблем за демокрацията. Когато няма ясна връзка между волята на народа и този, който е получил правото и отговорността да управлява, демокрацията да управлява, демократията е в риск. Уникална е ситуацията - управлява ни правителство, подкрепено от парламент, като и двете институции са рекордно необичайни и неискани от българите. Виждате данните - парламент с под 10% подкрепа, правителство - с под 15%. Народни избиратели, които, вместо спокойно да разговарят с хората, се придвижват като партизани. Това е големият проблем.

- Но обратно на логиката в такава ситуация, почвата за недопустим по мащабите си популизъм е видимо налична...

- Всеки, който си служи с инструментите на популизма, е слаб политически играч. Няма аргументи и се опитва да прикрие своето действие, бездействие, включително и некадърност с евтина и фалшива риторика. Популизмът е циничен, той е най-силната отрова за демокрацията. Но този, който подценява гражданите, тяхната интелигентност, ще бъде жестоко наказан. Само преди година аз лично спо-

Когато няма ясна връзка между волята на народа и този, който е получил правото и отговорността да управлява, демокрацията е в риск

рих с редица представители на левицата. Те ме убеждаваха, че плоският данък трябва да падне, че в най-бързи срокове ще бъдат разкрити 250 хил. работни места и "Белене" ще почне да се строи веднага. Питам - кое от трите неща е свършено за последната година? Този, който подценява паметта, подценява критичността на българина, ще бъде наказан.

- Подценяването не прозира ли и във водачеството на листи от партийни лидери?

- Това е също интересен български феномен. Защото, ако един партиен лидер отиде в Европейския парламент, водейки листата, това може да бъде определено с една дума - лъжец. Мястото на партийния лидер е тук, той трябва да формира политики, да се грижи за хората, които са го избрали. Ако той бъде избран за евродепутат и се откаже, това е подмяна. Защото така казва "Аз водя листата, говорих с вас сладко, омайно един месец (не по площадите, защото малцина смеят по площадите!) и сега се оттеглям". И двата варианта са неприемливи. Лидерската битка е за парламентарните избори.

На 25 май гражданите ще имат правото и задължението да избират между няколко прости неща. Къде искат да бъде България - в Европа или в някоя друга мрачна геополитическа геометрия? Какво искат - да има ред, правила или подмяна? Искат да правят дългове, или да създават богатство? Искат да имат истинска демокрация, която да зависи от тях, от техния глас, или искат купена демокрация, която зависи от 50 или повече лева на глас? Аз вярвам, че хората ще направят правилния избор.



Гергана ПЕТКОВА

# Ще си имам първолак Ами сега?

Кой е учителят, какъв е редът в училището и сигурността около него, има ли занимални и колко са часовете на заетост в класната стая - това са едни от най-важните неща, които всеки родител трябва да провери, преди да подаде документите на своето дете за записване в първи клас.

Както е известно, няма рецепта как да се открие най-доброто училище. В малките населени места е най-лесно, защото изборът е ограничен. А и всички се познават, така че винаги може да поразпитате роднини и познати за качествата на преподавателите. В големите градове за най-добри за първолаците се смятат училищата в центъра и тези, в които има ранно чуждозиково обучение. Но според експертите по начално образование точно тези два критерия изобщо не гарантират високо качество на обучението.

Много училища започват да приемат документите сега - през май. Крайният срок за записване е 30 май, а няколко дни по-късно ще излязат класациите на децата. Учебните заведения сами реша-



ват как да приемат учениците и сами определят класирането. Няма опас-

ност дете да не бъде записано, места има за целия випуск, уверява обра-

зователното министерство.

Но преди да подават за-

явленията, добре е родителите да се поинтересуват дали в училището има занималня или къде е най-близката частна такава, ако няма кой да помага на малчугана у дома. Допълнителните часове са задължителни за малките, но понякога е по-добре да се ориентирате към "частната помощ". Трябва да се обмисли и пътят, по който детето ще минава. Да, в началото ще го придружавате, но рано или късно ще се наложи да ходи само на занятия. Не е добре училището да е далеч от дома, защото децата са още малки и бързо се уморяват от пътя, твърдят учители. Родителите трябва да преценят също дали предпочитат училище до 8. клас или гимназия. Ако е второто - добре е да проверят дали за малките има отделен вход и охрана на етажа.

Учителят, както е известно, е най-важният фактор в началното образование. Няма общовалидни критерии, по които да го изберете. Все още у нас изборът на педагог се прави като се питат съсеги

и приятели, които вече са минали по този път. След като набележите учител, добре е да се запознаете с него и да го поразпитате как работи - има ли място за оставяне на учебниците в класната стая, какви учебни помагала изисква, ще има ли детето ви време за спорт или курс по чужди езици. Проверете дали училището има спортни клубове или занимания по интереси. Например в столичното 19-о училище децата се ангажират с опазването на кестените в двора му. От две години към тяхната инициатива се е включил целият квартал срещу Военна болница.

Може да не запишете първолака в нито един извънкласен клуб, но фактът, че има такива, говори, че училището създава общност, има традиции, а не работи само по задължение. Ако училището има дни на отворени врати, непременно отидете и вземете бъдещия ученик с вас. Той сам ще ви каже дали желаното от вас място се харесва и на него, категорични са специалистите по начално образование.

## Първокласни забавления

Ако детето ви тръгва на училище тази есен, сигурно се питате дали да го оставите да играе на воля през лятото, или да наблегнете на подготовката му за първи клас. А може и двете - издателство "Просвета" ви предлага нови поредици, които първокласно съчетават забавлението с ученето. Ще ги намерите в по-големите онлайн книжарници и на сайтовете [www.prosveta.bg](http://www.prosveta.bg) и [e-uchebnik.bg](http://e-uchebnik.bg)

### Математически

#### вълшебства

рая пред него се появява красива картинка. Втората книжка от поредицата "Математически вълшебства" (за 6-7-годишните) предлага различно, високо ниво на трудност, което е съобразено с възрастта на децата. Като оцветяват всеки елемент с дадено число в посочения на четвърта корица цвят, децата учат числата, забавляват се и неусетно се подготвят за 1. клас.



Тази поредица развива фината моторика на децата и им помага да научат числата до 15. Красивите картинки, които оживяват изпод пръстите им, ги превръщат и в малки художници.

В първата книжка (за възраст 5-6 години) на всяка страница има скрита картинка. На гърба на книжката са посочени цветовете, които съответстват на всяко число. Детето оцветява елементите на изображението в съответния цвят и на-



### Весели картинни загадки

Поредицата "Весели картинни загадки" също предлага различни забавления за момчета и момичета на възраст 6-7 години. "Мъжката" част е посветена на футбола. Загадките в нея са не толкова интересни от великата игра. Има упражнения за подреждане на картинки, за комбиниране, разсъждаване и оцветяване. Загадките развиват въображението на

децата, логическото им мислене, наблюдателността им и умението им да се концентрират.

Малките дами пък попадат в света на феите и елфите, където всичко е забавно и магическо, но също е необходимо въображение и концентрация, за да се стигне до верния отговор. За улеснение на децата и родителите той е на гърба на всяка страница.

### Четящите детективи

Заглавията от поредицата "Четящите детективи. Рисувай с нас!" представляват уникална комбинация от книжка за четене и книжка за рисуване. Според принципа "прочети - разбери - нарисуй" детето допълва илюстрациите в книгата въз основа на прочетените текстове. Четящият детектив му помага, като му поставя конкретни задачи. Така малчуганите се учат да четат внимателно всяка дума, да разбират смисъла на прочетеното. Дори да не обичат много да четат, те се заразяват от идеята да създадат своя книга, да станат "писатели" и "художници".

Историята "Мимо учи за магьосник" и "Принцеса Ела търси приключения" са красиви и увлекателни, съдържат и лесни, но и по-трудни думи. Педагогическата им ценност е в това, че детето трябва да претвори прочетените думи в картинки. Поставените от детектива задачи стимулират творчеството му. Едно от големите достоинства на поредицата е, че има книжки с различни теми за момчета и мом-



чета. Едрият шрифт и кратките текстове ги правят много подходящи за начинаещи читатели. А допълнителната задача - да измислят своя история с нови приключения на принцеса Ела, стимулира тяхното въображение.

Накрая те с пълно право могат да се гордеят със "своята" книга, в чието създаване активно са участвали.





## Не подценявайте аритмията

Често срещаната аритмия предсърдно мъждене като сърдечен проблем не е животозастрашаваща. Но може да предизвика най-смъртоносни и инвалидизиращи исхемични мозъчни инсулти. Как да ги предотвратим четете

на стр. 13

## Внимателно с менюто в преходния сезон

Синдромът на раздразненото черво трудно се поддава на лечение и се проявява обикновено през пролетта и есента, когато храненето се променя. В преходните сезони организъмът ни изпитва стрес, който се отразява и на гастроинтестиналния тракт. Можем ли да си помогнем сами ще разберете

на стр. 14

## Рисковете от пушенето



Често при дихателни инфекции хората си набавят лекарства и започват самолечение, без да си дават сметка на какъв риск поставят здравето си. Но при проблеми с белите дробове царят на вредителите е пушенето. За пореден път специалистите се опитват да стреснат пристрастените към цигарите

на стр. 18

## Дробът от треска - природен „шегъвър“

В наши дни изключително полезни за човешкия организъм продукти някой може би ще отнесе към глестотиите. Съвременната наука обаче отхвърля подобно тълкуване за храни, които са изключително здравословни. Един от тях е дробът от треска. Повече информация за безценните му качества ще намерите

на стр. 20

# ИНТЕЛЕКТЪТ НА ХИРУРГА Е ВОДЕЩ В РОБОТИЗИРАНИТЕ ОПЕРАЦИИ

Проф. д-р Григор Горчев, дмн, е специалистът, въвел робот-асистираната хирургия в България, след като през 2008 г. извърши първата гинекологична операция с помощта на робота "Da Vinci" в университетската болница в гр. Плевен. Проф. Горчев е лекар с три специалности - акушерство и гинекология, онкология и хирургия. В момента е почетен ректор на Медицинския университет в Плевен, след като 10 години беше ректор (2003-2013). Той е създател и ръководител на Телекомуникационния ендоскопски център и член на Съвета на настоятелите към висшето училище. Началник е на Клиниката по гинекология към Университетската болница УМБАЛ "Д-р Георги Странски" - Плевен. През тази година екипът на проф. Горчев въведе революционна за България и Източна Европа система за роботизирана хирургия и обучение. Втората система за роботизирана хирургия от последно поколение "Da Vinci Si" със симулатор за обучение е въведена след успешното завършване на проекта на Медицински университет - Плевен, по Оперативна програма "Развитие на конкурентоспособността на българската икономика". Това ще доведе до значително увеличаване на броя на българските специалисти по ендоскопска хирургия в областта на гинекологията, урологията и коремната хирургия.

Интервю с проф. Григор Горчев на стр. 17



## КАФЕТО ПРЕДПАЗВА ЗРЕНИЕТО

Вещество в кафето предотвратява влошаването на зрението и евентуална слепота заради дегенерация на ретината, дължаща се на глаукома, остаряване или диабет, установиха американски учени. Специалисти от Корнелския университет направили откритието, изследвайки антиоксидантните свойства на кафето. Оказало се, че то съдържа от седем до девет процента хлорогенна киселина, която е силен антиоксидант. При лабораторно изследване с мишки се установило, че тя предотвратява дегенерацията на ретината. "Ретината е тънък слой от вътрешната задна страна на око с милиони светочувствителни и други нервни клетки, които получават и организират зрителната информация. Тя е и една от тъканите, изискващи много кислород. Това прави ретината податлива на оксидативен стрес - каза ръководителят на из-



следването проф. Чанг Лий. - Липсата на кислород и производството на свободни радикали води до увреждане на тъканта и загуба на зрение. Изследването е важно за изучаването на функционалните храни, т.е. за естествените храни, които са полезни за здравето. Кафето е най-популярната напитка в света и ние вече разбираме какви ползи носи."

От предишни изследвания е известно, че кафето намалява опасността от болестта на Паркинсон, рак на простатата, диабет, аल्хаймер и влошаване на когнитивните умения заради напреднала възраст.

### Искате ли да забравите за неудобствата на зъбните протези?

## Protefix®

### Сигурност и грижа

#### За зъбните протези и ортодонтически апаратчета



#### ПРОТЕФИКС® Фиксиращ крем за зъбни протези

- Изключителна фиксираща сила и при мокра основа
- Продължително действие
- Подходящ при обилно слюноотделяне
- Без консерванти



#### ПРОТЕФИКС® Почистващи таблетки за зъбни протези и ортодонтически апаратчета

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

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

### Гарантирано немско качество на най-добра цена



# „ПОБЕДИХ НЕЛЕЧИМ ТУМОР!“



д-р Пламен Дончев  
гр. София,  
тел. 02/952 51 99



д-р Лилия Евтимова,  
гр. Пловдив,  
тел.: 032/62 24 55



д-р Веселин Кънев,  
гр. Стара Загора,  
тел.: 0878 780 491



д-р Цветан Балкански,  
гр. Бургас, тел.: 0878 950 397



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

Виж тук: [www.mikoterapia.bg](http://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. Вземай, нещо прави!" "Нищо - вика, - не мога да направя, защото ако барна там - край, изцяло се парализираш." Питам: "Ами, тогава какво да правим?" "Нищо - казва, - не мога да ти кажа. Опитай нещо друго." Това, което тук ми каза лекарят в Пловдив, същото ми каза и оня човек - само ми се извиниха, че ми казват тези неща. И идвам тука, къщи. До вечерта започва и дру-

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

след обяд, след като говорихме с доктора, взех препаратите - "Имюн Модулятор", гъбите. И започвам да ги пия, обаче се парализирах вече и 40 дена ей тука от това легло не мога да мръдна. Обаче пия гъбите. Не можех да си мръдна 1 милиметър големия пръст на левия или на десния крак. Нищо! Не знаех къде са ми краката. Трябваше да погледна къде са ми краката, за да видя в какво състояние са - ужас! От гърдите надолу... Добре че тука тоалетната е близко, 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..." Дойдоха един приятел 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 самоубиям. След една-две седмици започнах ве-

че да си чувствам леко краката и от гърдите надолу започнах като се щипя, така... То и сега още ми е изтръпнало, и то доста, обаче пак чувствам вече. След още две-три седмици, може би месец, започнах да се изправям на крака. Даже един път ми идват приятелите на гости, жена ми идва и аз ставам. И децата се зарадваха толкова! На четвъртия месец пак се свързах с фирмата - исках просто да им благодаря. Това е едно страховотно заболяване на централната нервна система. Страховотно заболяване! Ад! Направо ад! И може би моите близки се бяха приготвили да си отивам - като видяха за какво става въпрос. И сега всеки един ме пита: "Бе, тате, ти от тези гъби какво става?" И са разказали тука на хората. Всеки ме пита. Ама, то, с две думи не може да се отговори на човек. Трябва така, по-продължително да се говори, да се 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: "Храни 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 Гравьола, 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](http://mikoterapia.bg)

## ЗА КОНСУЛТАЦИЯ И ЗАКУПУВАНЕ НА ПРОДУКТИТЕ

### • гр. СОФИЯ

Магазин и консултация,  
ул. Лайош Кошут № 24  
(до Руски паметник),  
вътрешен двор, офис 8,  
д-р Пламен Дончев,  
консултация само при записан час  
на тел./факс: 02/ 952 34 49,  
GSM: 0878 93 12 52  
(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 Лапаков, тел.: 052/ 65 13 65  
и GSM: 0878 10 54 76

### • гр. БУРГАС

ул. Трайко Китанчев № 23,  
тел.: 056/ 82 11 70 и GSM: 0878 950 397  
д-р Цветан Балкански,  
GSM: 0878 800 044  
• гр. КЮСТЕНДИЛ  
д-р Василка Захаријева,  
тел.: 078 52 32 39 и GSM: 0889 32 67 58  
• гр. ПЛЕВЕН  
д-р 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



# АРИТМИЯ ПРЕДИЗВИКВА ИНСУЛТИ

Инфарктът, и инсултът отнемат хиляди животи. Но мозъчният удар често е коварен. Преди инфаркт обикновено човек има различни сърдечни оплаквания. А един вид инсулт идва сякаш от нищото. Става въпрос за удара на фона на често срещана аритмия - предсърдно мъждене. Като сърдечен проблем тази аритмия не е животозастрашаваща. Но предизвиква най-смъртоносни и инвалидизиращи исхемични мозъчни инсулти. При това запушването на мозъчна артерия (каквото всъщност представлява исхемичният инсулт) може да настъпи при липса на атеросклеротични плаки. Защото притока на кръв се прекратява от съсирек, идващ от сърдечните предсърдия. Такива съсиреци се образуват при предсърдно мъждене заради застои на кръв в предсърдията. Тази аритмия се среща и при хора, които нямат обичайните рискови фактори - хипертензия, висок холестерол, пушене, затлъстяване. И все пак положението не е безнадеждно, защото медицината откри как пациентите в това състояние да се

предпазят от инсулт. Всъщност профилактика има от доста години, но тя беше свързана с постоянна промяна в дозата на лекарството (обикновено синтром), необходимост от чест лабораторен контрол, ограничения в диетата и в приема на други препарати, както и с риск от кървене. През последните години бяха открити нов клас медикаменти за предпазване от инсулт при предсърдно мъждене (с първи представител прадакса), които нямат ограничения на старата терапия, по-ефективни са и по-безопасни по отношение на риска от кръвоизливи. Българските лекари натрупаха значителен опит в профилактиката на инсултите, но се притесняват, че все още много пациенти с предсърдно мъждене не подготвят за състоянието си и далече не всички приемат съвременните лекарства за предпазване от инсулт. През април водещи кардиолози и невролози представиха пред своите колеги конкретни данни за ползите от новото лечение при предсърдно мъждене. Ето какво казаха част от тях пред "Животът днес":

**Проф. Нина Гочева, национален консултант по кардиология, НКБ:**

Голяма част от пациентите с предсърдно мъждене нямат никакви усещания и оплаквания. Но непосредствено при възникването на това състояние стартират процеси на тромбоза в предсърдията и заплахата от инсулт. Пациентите, които все пак имат някакви симптоми, най-често се оплакват от учестен пулс, сърцебиене, чувство за "преска-

чане на сърцето". Ако предсърдното мъждене възникне на фона на други сърдечни увреждания, може сърдечната функция рязко да се влоши, което води до задух, силна умора при минимални усилия, отоци. Съветвам всички хора над 50 г. периодично да си мерят кръвното с апарат, който индикира аритмия. Това може и да не е предсърдно мъж-

дене, но трябва да стане повод за преглед и ЕКГ. Кардиограмата веднага решава диагностиката има или не мъждене. По-сложна е диагностиката при пациентите с пароксизмално (внезапно и краткотрайно) мъждене, при което рискът от инсулт също е висок, но аритмията може да не се засече от конвенционалната кардиограма. При



такива подозрения се прави холтер мониториране на сърдечния ритъм.

**Проф. Стефан Денчев, ръководител на клиниката по кардиология в Университетската болница „Александровска“:**

Ако се гледа глобално на предсърдното мъждене като медицински проблем, то представлява по-голям риск за мозъка, отколкото за сърцето, защото рискът от тежък инсулт е много висок. Но трябва да е ясно, че едно недобре контролирано по отношение на сърдечната честота



предсърдно мъждене може да доведе до хе-

модинамични нарушения и до влошаване на качеството на живота. А ако се стигне и до инсулт, прогнозата драстично се влошава. Затова е важен комплексният подход в диагностиката и лечението. Да се контролират параметрите на сърдечната дейност при мъждене и задъл-

жително да се прави съвременна профилактика на инсулта. При това профилактиката се прави дори и при пациенти, които получават само инцидентни пристъпи на мъждене. Ако се провежда професионално лечение, пациентите могат да водят нормален живот.



**Доц. Иван Стайков, началник на клиниката по неврология в „Токуда Болница София“:**

чинени от мъждене. Освен това в рамките на първия месец след инцидента смъртността при пациентите с инсулт на фона на предсърдно мъждене е почти два пъти по-висока. Доста по-чести са и ре-

цидивите при тези инсулти. При оцелелите качеството на живот се нарушава много по-тежко. Същевременно вече наблюдаваме положителния ефект от съвременната профилактика на инсулта

при пациентите с предсърдно мъждене. В нашата клиника не е имало случай пациент с тази аритмия, приемащ съвременните лекарства за профилактика, да е получил исхемичен инсулт. (ЖД)

## ЦИНКЪТ - ЖИЗНЕН НЕОБХОДИМ МИНЕРАЛ, НО В РАЗУМНИ КОЛИЧЕСТВА

Цинкът е важен минерал за човешкото тяло. Има 20 и в мускулите (60%), и в костите (30%), и в кожата (около 5%). Най-високите му концентрации са в простатата и спермата. Фактор е за добрата обмяна на веществата, подобрява устойчивостта срещу инфекции, подпомага синтеза на протеини, зарастването на рани. Важен е за нормалния растеж и развитието на плода по време на бременността, специално за правилните усещания за вкус и мирис. Тъй като човешкото тяло няма специализирана система за пазене на цинка, се налага и допълнителен прием за поддържане на стабилно ниво. Хранителните добавки с цинк помагат при акне и екзема, при простатни проблеми, анорексия, алкохолизъм и много постоперативни състояния.

Първите признаци за липса на цинк в организма са: промяна на вкусовите усещания, слаба имунна реакция и кожни проблеми. Възможни са и косопад, диария, отпадналост, трудно зарастване на рани, а при децата - забавен растеж, забавено умствено развитие. Добавяне на



около 15 мг цинк дневно е напълно достатъчно за поддържане на добър баланс и за предпазване от цинков дефицит.

Някои групи хора обаче често имат определено завишени потребности от цинк. При вегетарианците храната е много бедна на този минерал поради липсата в нея на месо. На абсорбирането му пречи и голямата консумация на бобови растения. Бременните жени са в повишена опасност основно заради големите нужди на плода от този минерал. Проблем може да дойде и после - в периода на кърменето. Силно активните сексуално мъже са друга застрашена група. (Спермата съдържа около 100 пъти повече цинк от кръвта, колкото по-активен е мъжът, от толкова повече цинк се нуждае. Препоръчителните количества цинк при мъжете са с около 30% по-високи, отколкото при жените.)

Продуктите на ABO PHARMA Цинк-Биотин и Витамин С + Цинк са ключ за набавяне на така важния за организма минерал. Освен за здравето правилно избраният комплекс може да помогне и за вашата красота, да забави процеса на отслабване или загуба на коса, да подсили косъма и ноктите, да подобри състоянието на кожата.



## МОЩНА ПОДКРЕПА ЗА ЧЕРНИЯ ДРОБ



Артишок (Cynara scolymus) - 200 mg,  
Бял трън (Silybum marianum) - 80 mg,  
Глухарче (Taraxacum officinale) - 30 mg,  
Холин битаратарат - 100 mg,  
Инозитол - 40 mg,  
D, L - метионин - 40 mg,  
Витамин В<sub>6</sub> - 1 mg.

Кога се използва HEPADIET?

HEPADIET е подходящ в случаи на токсични чернодробни увреждания вследствие употреба на алкохол, лекарства или неправилно хранене. Може да се използва при пациенти с хронични възпалителни заболявания на черния дроб. Особено подходящ е за намаляване нивото на холестерола и забавяне процесите на атеросклероза. Има ефект и при пациенти с нарушено храносмилане.

**Упътване за употреба:**  
2 до 3 таблетки дневно с течност.  
**Опаковка:** 45 таблетки в блистери  
Хранителна добавка, не е лекарство.  
Система за гарантирано качество: Норма ISO 9001

Една от основните функции на черния дроб е да обезврежда всички токсини, отделени от храната, лекарствата и алкохола, и чрез жлъчния сок да ги изхвърли от организма.

HEPADIET действа стабилизиращо на клетъчната мембрана на чернодробните клетки, предпазвайки по такъв начин черния дроб от вредните влияния, и съдейства за възстановяване на увредените му клетки.

Като увеличава жлъчната секреция, HEPADIET намалява риска от нарушения в храносмилането, придружени с образуване на газове, болки в корема, повдигане и повръщане.

HEPADIET действа и като антиоксидант, т.е. от една страна, понижават образуването на холестерол в черния дроб и от друга, ускорява превръщането му в жлъчни киселини, които с жлъчния сок го отстраняват от организма.

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



Д-р Йордан ПОПОВ,  
гастроентеролог  
във ВМА, София

Синдромът на раздразненото черво се поддава трудно на лечение и се проявява обикновено в преходните сезони, тоест пролетта и есента, когато храненето се променя. През зимата ние сме по-ограничени откъм пресни продукти, независимо че се предлагат в магазините. При прехода обаче нашият организъм изпитва стрес и трябва да му помогнем по някакъв начин.

Стресът, който изпитва гастроинтестиналният тракт, се проявява с подуване, тежест, дискомфорт, понякога съчетани с киселини, оригвания. Синдромът на раздразненото черво засяга голям процент от хората

# СМЯНАТА НА СЕЗОННОТО ХРАНЕНЕ ДА СТАВА ВНИМАТЕЛНО



Д-р Йордан ПОПОВ

в трудоспособна възраст и може да бъде немаловажен проблем за качеството на живота им. Това е функционално

заболяване и обикновено признаците му са подуване на корема, куркане на червата, повишено газообразуване и понякога спастични болки. Най-често засегнати са хората между 30 и 50 години, като интересното е, че заболяването се среща предимно при ангажираните не в производството, а в дейности, свързани с работа с хора. Затова и стресът се приема като отключващ фактор за синдрома на раздразненото черво. Не е доказано, но повечето научни изследвания

сочат, че стресът определено има принос при синдрома на раздразненото черво. Статистиката показва, че се среща по-често при жените.

Важно е да се каже, че сам по себе си синдромът на раздразненото черво не е преход към някакво друго, сериозно заболяване. Но със същите симптоми може да протича и по-тежко заболяване на стомашно-чревния тракт. Кое то означава, че би следвало да се потърси консултация с лекар. При съмнение специалистът ще препоръча да се направят допълнителни изследвания, колоноскопия.

След като се изключи друго, по-сериозно органично заболяване, започва лечение на синдрома на раздразненото черво. То е в няколко стъпки.

Преди да се пристъпи към прием на медикаменти, трябва да се подбере храната. Хората сами трябва да установят какви храни им помагат. Както всеки човек е индивидуален, така индивидуален е и подходът спрямо диетата, към която той би следвало да се

придържа. Първо трябва да се изключат подправките, след това бобовите растения, фасул, грах, боб, леща. Следващата стъпка е да се подбере начинът на приготвяне на храната, това не е без значение. Ако и това не помогне в рамките на седмица до десет дни, се преминава към лечение с препарати, които представляват билкови екстракти на различна основа. Защото е доказано в много студии и публикации, че не химическите вещества като лекарствата, а напротив - тези смоли и екстракти от растения помагат за успокояването на гастроинтестиналния тракт и за по-доброто му функциониране. Продуктът "Комфортекс" съдържа екстракти и смоли от растения, които не се намират по нашите географски ширини и са в такава фармакологична концентрация, която спомага за успокояването на гастроинтестиналния тракт, обикновено и изхвърлянето на натрупаните газове и оставя един слой върху лигавицата на дебелото черво, който помага за по-лесното му изпразване. Абсолютно безвреден е. Не съдържа изкуствено синтезирани химични съединения, не предизвиква алергизирание на организма и действа действително благотворно. Все пак е по-добре един пациент с такива симптоми да посети специалист гастроентеролог. Самолечението е противопоказано във всички случаи.

От хилядолетния опит на Аюрведа



Хранителна добавка

## Comfortex®



Съчетава ефектите на всички познати досега средства за повлияване на храносмилателните нарушения:

- газогонен ефект
- спазмолитичен ефект
- стимулиращ моториката и храносмилането ефект

**ECOPHARM**

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



**ДА ПОСРЕЩНЕМ ПРОЛЕТТА  
С ПРОДУКТИТЕ  
НА ESPARA GMBH, АВСТРИЯ**



**"КИМИОНОВО МАСЛО капсули x 75" - ЗА ЖИВОТ БЕЗ АЛЕРГИЯ**

Около 70% от алергиите при българите са причинени от полени или прах, а пролетта е сезонът, в който тези два компонента са много активни. Тъй като не можем да живеем в капсула и да избегнем алергена изцяло, трябва да започнем предварително да се подготвяме за срещата с него. Природният продукт с *масло от чер кимион* е лесен и достъпен начин за засилване и хармонизиране на защитните сили и преодоляване на алергичните пристъпи. Влияе благотворно и при невродерматит, псориазис, екзема, акне и др. кожни болести. Препоръчва се при тежест и болки в стомаха, жлъчния мехур и черния дроб, защото стимулира стомашната, панкреатичната и жлъчната секреция, успокоява спазмите и отстранява газовете от червата.

**"ЗДРАВ СТОМАХ капсули x 60" - БИЛКОВ ЕЛИКСИР ЗА СТОМАХА**

Ефективна натурална формула от билкови екстракти, която влияе положително на целия стомашно-чревен тракт. *Лайката* притежава спазмолитично, противовъзпалително, обезболяващо и успокояващо действие. Препоръчва се при киселини в стомаха, стомашни и чревни спазми, гастрит, диспепсия, чревни колики, запек или диария. *Жълтата тинтява* тонизира цялата храносмилателна система - засилва отделянето на слюнка, стомашен сок, жлъчка и други храносмилателни сокове и подобрява храносмилането. Активизира производството на бели кръвни клетки, с което подобрява имунната защита на организма. *Джиджицвет* действа газогонно и се използва най-вече при гадене (морска болест). Стимулира храносмилането и подобрява перисталтиката на червата. Освен това успокоява лигавицата на стомаха и балансира секрецията на стомашни сокове. *Маточината* има спазмолитично, обезболяващо и антибактериално действие. Основните ѝ области на приложение са стомашни и чревни спазми, подуване на корема, както и нервни стомашно-чревни оплаквания. Слезът се цени заради съдържанието на слюзни вещества. Използва се при възпаление на лигавиците.



За информация се обърнете към вносителя: "ФАРМАБИОН ПЛЮС" ЕООД,  
тел. 02/9532601, www.pharmabion-plus.dir.bg



# ДОПЪЛНИТЕЛНА ЗАСТРАХОВКА НЕУТРАЛИЗИРА СЛАБОСТИТЕ НА ЗДРАВНАТА СИСТЕМА

Здравната система е болна и няма признаци скоро да се изправи на крака. След две дузини години на промени картината на задължителното здравно осигуряване не дава основания за оптимизъм - реално плащат вноски само работещите, които са около 2 млн., държавата плаща частично за осигурените от нея, а близо 2 млн. граждани изобщо не плащат. Парите за здраве не стигат за нищо. Обществото е все по-недоволно от медицинските услуги. Силното походово неравенство и инерцията от "безплатното" здравеопазване само задълбочават проблемите. Активното население ще продължи да намалява, а делът на възрастните със закономерно повишените им здравни потребности само ще расте.

Без съмнение направата на лична допълнителна здравна застраховка в тази обстановка е умно и рационално контрадействие. Струва си да се замислим за предимствата: гарантирано



е, че се слага край на безкрайното чакане пред различни кабинети. Че времето за придвижване на пациента по веригата "личен лекар - специалист - водещ за страната специалист" е сведено до минимум. Достъпът до най-съвременната апаратура също е осигурен, защото е ангажиран по договор между частен изпълнител, какъвто е здравният застраховател, и съответния негов клиент - осигурения. По същата причина не може да има и проблем с липса на талони за изследвания и консултации.

Винаги е възможна смяна на лекар по желание на пациента.

Отпадат всякакви парични взаимоотношения между пациенти и изпълнители на здравни услуги. Застрахователят има интерес да следи "изкъсо" и качеството на всички медицински услуги, и коректността на предлаганата към пациента цена.

Във всяка здравна ситуация сме в състояние да се справим по-бързо, по-лесно, по-качествено, по-резултатно и по-евтино от предлаганото "по каналния рег".

Стандартната медицинска застраховка е за 1 година и предлага различни пакети, които могат да се комбинират по избор. Два от тях влизат

задължително във всяка застраховка "Извънболнична медицинска помощ" и "Болнична медицинска помощ". Избираеми са услугите "Подобряване на здравето и предпазване от заболяване (Профилактика)", "Възстановяване на разходи (за лекарствени и помощни средства)" и "Допълнителни услуги", като наблюдение на бременност и раждане, стоматологични, избор на екип, помощни средства, медицински транспорт и др.

Първият пакет значи възможност за директен достъп до лекари от всички специалности и най-широка гама лабораторни и други изследвания, включително до ске-

нер, ядрено-магнитен резонанс. Скъсява се процесът на поставяне на диагноза, пестят се време, застрахованият има неограничени възможности да избере лекар специалист, както и лечебно заведение. Услугите в "Болнична медицинска помощ" осигуряват стационарно лечение и саториална рехабилитация по избор. Има схема и на абонамент, но здравни услуги се ползват само в здравните заведения, с които застрахователят има договор. Пациентът представя персоналната си карта по застраховката и на тази база застрахователят плаща ползваните услуги.

При друг вариант

пациентът сам плаща услугите, а застрахователят възстановява разходите. В случая застрахованият посещава здравни заведения извън списъка на компанията.

Мисията на ЗК "Медико-21", която е една от най-авторитетните на българския пазар, е чрез гъвкава и комплексна организация да предостави най-доброто здравно обслужване, насочено към опазване, своевременно откриване на отклонения в здравето, бърза и ефикасна диагностика, ефективно лечение и рехабилитация на възникнало заболяване с най-съвременните технологии и методи на медицинската наука и практика.

## „СИРИУС-Д“ МИ ВЪРНА ЗДРАВЕ И МЛАДОСТ

Роден съм и живея в София от десетилетия. Но последните няколко години бях като затворник у дома си - след диагноза лумбална лордоза, дегенеративни изменения в междупрешленните дискове, дискова херния, остеохондроза. С денонощни болки в гърба движението ми беше мъчение. Да не говоря за ужасната мигрена, за всички костно-ставни проблеми и шепите хапчета всякакви. Обаче животът ми срещна с един невероятен човек, с проф.

Димитров, създател на храната "Сириус-Д". И днес отново съм жив, ходя пак и по планината, не само пеша из града. Проучих подробно всичко за тази храна - разрешителни, сертификати - и български, и европейски. Има доказателства, че тя може да създаде хрущялна тъкан, да възстановява, отпушва и изчиства кръвоносните съдове, абсорбира болната, нефункци-



онална тъкан от всички органи. Освен това е по-чиста и безвредна храна от ябълките, съдържаща всички аминокиселини - лесноусвояими. Започнах да взимам "Сириус-Д". Още първия месец изчезна и спохождащото ме понякога сърцебиене. Третия месец изчезнаха болките в гърба, коленете и главата. Пиша, за да помогна и на други страдащи. Всеки, който има нужда от съветите и храната на д-р Димитров, може да го направи и аз съм готов да съдействам и със своя опит - инж. Христов, 0988 948420, 02 4179236.

Подпомага лечението на:

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

За поръчки:

0878 918 498, 0898 573 092

Застрахователна компания  
**МЕДИКО-21 АД**  
София 1202, бул. „Мария Луиза“ 92  
тел. / факс: 02 / 831 71 64



Insurance Company  
**MEDICO-21 JSC**  
92, Maria Luisa Blvd., 1202 Sofia  
tel. / fax: +359 2/ 831 71 64

**ЗК „Медико-21“ АД е една от водещите застрахователни компании в областта на здравното застраховане. Компанията е наследник на първия лицензиран фонд за доброволно здравно осигуряване в България (от 1997 г.).**

▪ Медицинска застраховка на ЗК „МЕДИКО-21“ осигурява съвременна високоспециализирана извънболнична и болнична медицинска помощ и възстановяване на разходи за медицински изделия и стоки.

▪ Лечение на територията на цялата страна – в над 450 лечебни заведения, при най-добрите и авторитетни професионалисти във всички области на медицината.

▪ При нас Вие решавате КАКВО и КОЛКО да застраховате.

▪ Получавате най-доброто за Вашето здраве на най-приемлива цена.

**За сключване на семейна и групов застраховка допълнителни отстъпки от минимум 10%.**



**Очакваме Ви на телефон: 0899 92 00 13.**

[www.medico-21.net/bg/](http://www.medico-21.net/bg/)



# ТАРГЕТНАТА ТЕРАПИЯ Е ПО-ЕФЕКТИВНА ОТ ХИМИОТЕРАПИЯТА ПРИ РАКА

Илияна АНГЕЛОВА

Около една четвърт от пациентите с рак на белия дроб са без хистологично верифициран тумор. Това означава, че не е напълно ясно точно от какъв вид е туморът, казва за **Credoweb.bg** д-р Красимир Койнов, началник на Отделението по медицинска онкология на МБАЛ "Сердика" в София. Част от тези болни са много възрастни, в тежко общо състояние или в напреднал стадий на заболяването. При тях не е хуманно, а и напълно е безсмислено извършването на инвазивни методи за хистологична верификация, тъй като лечебните възможности на противотуморната терапия са сведени до минимум и тези болни подлежат само на симптоматично лечение, допълва той. Иначе според официалната статистика у нас преобладава плоскоклетъчният рак на белия дроб, докато в западните страни повече са аденокарциномите. Плоскоклетъчният тумор се причинява основно от пушенето.

Ракът на белия дроб се разделя на две основни групи в зависимост от хистологичния си вид - дребноклетъчен и недребноклетъчен, посочва д-р Койнов. Най-агресивен е дребноклетъчният карцином на белия дроб, който представлява 20-25% от всички случаи. Той е с друга биология, смята се дори, че при първата клинична проява вече се е разпространил в организма, и затова не се препоръчва провеждане на оперативно лечение. Прилага се медикаментозна терапия, която при ограничениите форми на заболяването се комбинира и с лъчелечение. При правилно проведена терапия въпреки агресивността на болестта могат да се постигнат продължителни ремисии, дори излекуване при все още малък процент пациенти. Останалите



Д-р Красимир Койнов

## НА БЕЛИТЕ ДРОБОВЕ

80-75% от рака на белия дроб е голямата група на недребноклетъчния рак, в която се включват няколко хистологични варианта. Тези тумори се характеризират с по-бавно развитие и по-добра диференцираност, но за сметка на това са по-слабо податливи на химиотерапия.

Стадият, в който е диагностицирано заболяването, определя терапевтичното поведение при недребноклетъчните тумори. В по-ранните стадии са показани локалните методи на лечение - оперативно лечение или при противопоказания - лъчелечение. Основен критерий за извършването на хирургичната интер-

венция е възможността първичният тумор да се отстрани радикално заедно със засегнатите регионални лимфни възли. Ако това не може да се извърши, не се пристъпва към оперативно лечение. Понякога може да се започне с химиотерапия, за да се намали размерът на тумора, и после да се направи радикална операция. Таргетната терапия е по-ефективна от химиотерапията, действа обаче само при ограничен брой болни, които имат определена генна мутация.

Достъпът до лекари и до специализираната медицинска помощ у нас е по-добър в сравнение с много други евро-

пейски страни. На Запад за консултация с лекар специалист понякога се чака с месеци. За съжаление българите не ценят достатъчно здравето си, докато не го загубят, смята специалистът. Често не си обръщат внимание, а това води до откриване на заболяването в по-късен стадий. Има и грешки в системата - много често не се мисли за рак и болните се лекуват дълго време за бронхит, пневмония или нещо друго и се получава забавяне с месеци.

*Още за новите таргетни терапии при рака на белия дроб четете в Credoweb.bg.*

### България е единствена в ЕС, където терапията е платена

Илияна ФИЛИПОВА

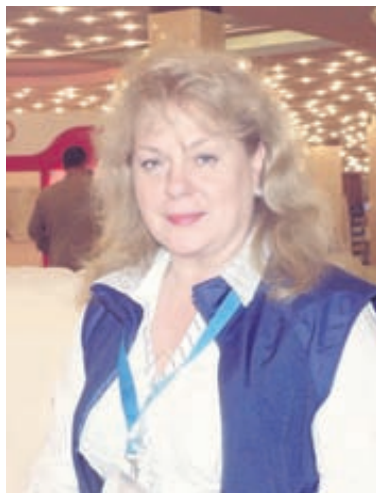
Нова наредба за диагностика и лечение на сифилис и категоричен ангажимент от страна на държавата към проблема поиска д-р Елена Петрова, венеролог в кожната клиника на Александровска болница. По време на Пролетните варненски дерматологични дни тя призова колегите си да бъдат по-настойтелни пред здравното министерство, което negliжирало ситуацията.

През 2010 г. заболяемостта е 51,6 на 100 хил. души, докато през 2011-а скача на 63,3, които са епидемични стойности, сочат данните от Националния център за обществено здраве. Възходящата тенденция продължавала. Данните на МЗ са нереални, близо половината от заразените са извън официалната статистика, категорична е специалистката.

Инфекциозният причинител има своята цикличност и сега заболяемостта изживява своя пик. Бедни, бездомни, проституиращи и хомосексуалисти са основните рискови групи.

Здравната каса не поема лечението. България е един-

## ВЕНЕРОЛОЗИ ИСКАТ НОВ РЕД ЗА ЛЕЧЕНИЕ НА СИФИЛИС



Д-р Елена Петрова

ствената страна в ЕС, където дори изследванията на полово предаваните инфекциозни болести са платени, възмущава се д-р Петрова. Изключение се прави само за бременни и деца. Пациентите трябвало да плащат всичко от джоба си. По света имало минимално лечение - на болните се давали таблетка, за да са безопасни за околните. Принудени сме да приемаме по-тежките случаи по клинична пътека пндермия за 7 дни, казва д-р Петрова. Иначе пациентите нямали шанс за болнично лечение.

Сифилисът е коварно заболяване, което може дълго да остане незабелязано. През

първите два стадия се проявява с увеличени лимфни възли, обриви, които преминават от само себе си. Тогава болният решава, че се е излекувал. Причинителят - бледата спирохета, обаче навлиза в кръвта. Ако човек не се лекува, след 3-5 г. минава в третия стадий и настъпват увреждания на мозъка, сърцето, черния дроб, стомаха. Измененията са необратими. Целта е да хванем пациента, докато е в първите два стадия, категорични са специалистите по кожни и венерически болести. Диспансерите, структурирани през 30-те години на XX в., според тях са доказали ефективността си.

Системата за диспансеризация в последните години обаче беше безотговорно разрушена, заяви д-р Петрова. Сега никой няма ангажимент да проследява, издирва болни и контактни лица, да ги вика на контролни прегледи, което създавало огромен риск. Често сифилисът вървял в комбинация с други инфекциозни болести - хепатит, СПИН.

"В такива случаи пациентът не трябва да бъде оставен сам, защото следват агресия, депресия, развод, опити за самоубийство и професионалната помощ е изключително важна", казва специа-

листката.

Според нея е тревожно, че липсва ясно познание за тестовете. В 40-те лаборатории у нас често нямали представа как да интерпретират резултатите. Външният контрол бил възложен на Националния център по заразни и паразитни болести и често оттам изпращали резултати на пациенти с лаймска болест например. От правилната диагностика зависел изборът на подходящ антибиотик. За да има ефект, той трябвало да стига до всички части и тъкани на тялото.

Кристалният пеницилин е най-адекватното средство за лечение - трипонемата е чувствителна към него, обясни д-р Петрова. Стремим се да го осигурим поне за стационарните болни в клиниката, казва доц. Георги Пехливанов, шеф в Александровска болница. Успехът на терапията зависи не от количеството на препарата, а от продължителността на приложението му. Курсът на лечение е от 7 до 10 дни. През първата година болният се наблюдава на 3 месеца, а след това - на всеки 6. Често пациентите обаче изчезвали и не се явявали на задължителните прегледи.



**П**роф. Горчев, детска мечта ли Ви беше медицината?

- В интерес на истината първото ми желание беше да се занимавам с френска филология. Моят баща беше възпитаник на Софийския университет с френски език и литература и може би това ми повлия. Но родителите ми не се намесваха пряко в решенията ми, дори ме подтикваха да се огледам и за нещо друго. Постепенно осъзнах, че ме влече медицината, приеах ме и завърших в Плевен, след което бях за известно време асистент в Катедрата по патология. След това се насочих към хирургичните специалности.

**- Кое точно Ви привлече, защо Ви станахте човекът, който въвежда операциите с помощта на робот?**

- Точно го казвате - "с помощта на робот", защото операциите всъщност продължават да се извършват от хирурга. Нека хората не си представят нещо, което се прави без никаква човешка намеса. Но високите технологии значително увеличават възможностите на човешкото око, на ръката на хирурга, дават му други простори на мислене по време на операция. И сега на въпроса - преди около 10 години се замислих, че ако съм жив и здрав, ще имам още около 30 години възможност за активна работа. И тогава си дадох сметка, че не ми е достатъчно с десетилетия да правя едно и също въпреки личното усъвършенстване като хирург. Потърсих възможност за друго развитие, за нещо, което прохождаше в света. Първо започнах с ендоскопската хирургия, посещавах по този повод Франция и Съединените щати. През 2005 г. направих първата в Източна Европа ендоскопска операция при рак на тялото на матката, а през следващата година оперирах по този начин и пациентка с рак на маточната шийка. След това реших, че трябва да награда ендоскопската хирургия, и започнах усвояването на роботизираните методи.

**- След толкова години като лекар и преподавател убихте ли се лично в библиската мъдрост, че никой не е пророк в собствената си страна?**

- Като се замисля, точно така се оказва. Ако трябва също да цитирам Библията - няма нищо ново под слънцето... Трябваше първо нашите

# ПО УСПЕВАЕМОСТ СМЕ ВТОРИ В ЕВРОПА

● С проф. д-р Григор Горчев, гмн, разговаря Петър Галев



Най-важното е да се изгради българска силна школа, която да помага на пациентите

усилия да развиваме роботизираната хирургия да бъдат забелязани и оценени в Съединените щати, за да привлечем вниманието на колежалната общност в България. Ние реално започнахме през 2008 г. и вече имаме шест години опит. През 2009 г. бях поканен в Орландо, Флорида, да направя презентация пред американските колеги на Световния конгрес по роботика. Всъщност представих европейския опит, което беше чест за мен и за екипа, който ръководя. Защото Съединените щати определено са напред от Европа в роботиката, но те се интересуват от постиженията в тази област във всички страни, които прилагат метода.

**- С днешна дата на какво ниво е роботизираната хирургия в България?**

- В момента стоим доста добре и това не е наше мнение, а е становището на колегите от Европейската асоциация по роботика в медицината и на американските колеги. Навсякъде се гледа главно успеваемостта и броят пациенти, които са оперирани! Нашият център в Плевен, особено по отношение на гинекологията, е сред трите водещи в Европа. По успеваемост на първо място на континента са в гр. Лунд - Швеция, ние сме на второ място и на трето са колегите в центъра по онкология в Милано - Италия. За мен е важно, че и в България вече се възприе като реалност тази високотехнологична хирургия и

госта институции се заеха да подпомагат развитието ѝ. В гинекологията сме добре, но изоставаме в другите насоки - урологията, общата хирургия.

**- Защо взехте втори робот във вашия център и с какво той е по-различен от досегашния?**

- Взехме го, за да увеличим значително броя на операциите, които можем да направим. Целта е именно да се развият и други направления, основно урология и коремна хирургия. Новият робот е много по-бърз и много по-икономичен. Той може да работи с втора конзола, т.е. двама хирурзи едновременно могат да оперират един пациент. Това съкращава допълнително продължителността на операциите и създава по-спокойни условия за работа на хирурга, който може да разчита на опитен асистент.

**- Кои са заболяванията, които са най-подходящи за операции с помощта на робота "Da Vinci"?**

- По принцип тази система е създадена основно за кардиохирургия и в САЩ операциите на сърце стандартно се правят роботизирано. Но в България до момента сме развили основно опера-

ции при злокачествени заболявания в гинекологията - рак на маточната шийка първи и втори стадий, рак на тялото на матката в началните стадии, както и рак на яйчниците. Но при операции на яйчник все още няма реимбурсация от страна на НЗОК. А по отношение на маточните операции има лимит от 100 интервенции с робота на година, което определено не е достатъчно.



**- Известни са чисто медицинските плюсове на роботизираната хирургия по отношение на ниската кръвозагуба, бързото възстановяване, прецизността, но има ли ползи по отношение на средносрочната и дългосрочната прогноза при едно злокачествено заболяване?**

- Всъщност всички, които се занимаваме с лечението на онкологични заболявания, търсим по-дългосрочна и с по-добро качество преживяемост. Няма по-голяма радост за мен да видя живи и активни пациентки, които съм оперирал преди повече от 5 години. В момента се провежда много голямо проучване, което ще даде обективно сравнение по отно-

шение на дългосрочната преживяемост на пациентите, оперирани по конвенционалните методи и чрез робота.

**- Известно е, че американците умеят добре да смятат и явно са решили, че роботизираните операции на пръв поглед са по-скъпи, но след това им излизат по-евтино...**

- Категорично е така, но там се правят много сериозни цялостни анализи какво струва на обществото даден тип лечебно поведение и какви

липсата на непосредствен контакт с лежащия на масата пациент, защото се абстрахираш от всичко странично, цялата мисъл и енергия са насочени към решаването по най-добрия начин на конкретния хирургичен проблем в увредената от заболяването зона.

**- Прави впечатление, че не сте ревниви, не искате да запазите роботизираните операции само за себе си...**

- Най-лошото е, ако някой се мисли за единствен и незаменим. Моят мисия е да обучавам нови екипи, които да правят модерните операции. При нас вече има взаимозаменяемост, така поемаме повече от нуждаещите се пациенти. Каним и специалисти от чужбина, които обучават нашите лекари. Най-важното е да се изгради българска силна школа, която да помага на пациентите.

**- Има ли нещо, което Ви дава оптимизъм?**

- В личен план ме обнадеждава това, което правим с колегите ми. Но в обществен план съм изключително разтревен кой ще лекува в България след 10-20 години. Наскоро правихме анкета сред студентите и се оказа, че повечето се ориентират към работа в чужбина. Това не е новина, но не виждам гържата да прави нещо по въпроса.

**- Има ли нещо реално, с което турските болници ни превъзхождат в лечението на рака, че толкова пациенти търсят помощ там?**

- Те са много пазарно ориентирани и умеят да създават комплексна медицинска услуга, завършен продукт. Тук имаме го голяма степен същите диагностични и лечебни възможности, но всичко е доста различно, пациентите чакат, ходят от клиника на клиника и това често ги обезкуражава.

**- С какво продължавате напред?**

- С голям обучителен център за студенти по 3D топографска анатомия, каквото няма на Балканите, и с обучение на още специалисти в роботизираната хирургия.



Колко често при дихателни инфекции хората си поставят сами "диагноза", набавят си лекарства от аптеката и започват самолечение? Знаят ли какви са последиците и рисковете за здравето им? Възможно ли е да се получи тежка белодробна инфекция, каквато е пневмонията, без да е предхождана от по-леко заболяване на горните дихателни пътища? На въпросите ни отговаря д-р Павлина Глоговска, специалист пулмолог от Плевен.

Инфекциите на дихателните пътища са много разпространени - като се започне с инфекции на горните дихателни пътища, с ринити, фарингити, бронхити и се стигне до пневмонията като тежка инфекция, при която за част от пациентите се налага болнично лечение. На-

# ПУЩАЧИТЕ ОЗДРАВЯВАТ ПО-БАВНО ПРИ БОЛЕСТИ НА ДИХАТЕЛНИТЕ ПЪТИЩА

последък като пулмолог все по-често се сблъсквам с тежки инфекции, които бързо достигат долните дихателни пътища, с големи усложнения и по-трудно поддаващи се на лечение. Обяснявам си това с намаления общ и локален имунитет на населението, дължащ се и на стреса, на недобрите социален статус, храненето, вредните навици. Възрастта е основен фактор за податливостта на белодробни инфекции, а знаем, че населението у нас бързо застарява. Същевременно с напредването на възрастта се увеличават и съпътстващите заболявания, които утежняват пулмологичните инфекции. Роля има и като цяло по-ниският социален статус



на възрастните хора у нас. Пушенето е друг много важен фактор, то категорично забавя оздравяването на нашите пациенти с инфекции и е причина за по-тежкото протичане на заболяванията. Затова ви-

посветвани от близки, до самолечение с антибиотици, което има отрицателни последици върху здравето им. Затруднява и нас като лекари в по-нататъшното лечение, компрометиращо, удължава го и го усложнява. Антибиотиците по принцип не са медикаменти, чиято употреба е допустима без лекарско предписание, защото са насочени срещу определени инфекции и имат строги показания, които трябва да се спазват тогава, когато се прилагат.

Най-негативният ефект на антибиотичното лечение е устойчивостта на микроорганизмите - до това се стига, когато медикаментът се използва безразборно и не по правилата на добрата медицинска практика. А когато бактерията стане вече резистентна, устойчива към антибиотика, лечението е извънредно трудно. Антибиотиците действат не само върху вредните микроорганизми, но увреждат и

много полезната за човешкото здраве и имунитет чревна флора. Това прави необходимо съпътстващото лечение приемане на пробиотичен препарат. Продуктът "Лакто 4 VIP" е представител именно на пробиотиците, които се добавят тогава, когато има инфекции както на дихателната система, така и на стомаха, на червата и т.н. Бих споменала още, че нарушаването на равновесието в чревната флора индиректно повлиява алергизацията на организма и оттам и на белия дроб към външни агенти и затова употребата на пробиотик косвено подпомага облекчаването на астматични пристъпи. Пробиотици може да се приемат от бременни жени за предпазване от развитие на атопизъм у детето. Пробиотичните продукти се препоръчват и при състояния на чревен дискомфорт, който се среща доста често, особено при по-продължителни пътувания.



Хранителна добавка

**Lacto 4 VIP**  
Пробиотик Капсули X 15

## Четворна сила

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



**Живи лактобацили**  
Съхранява се в хладилник



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

**ЕСOPHARM**

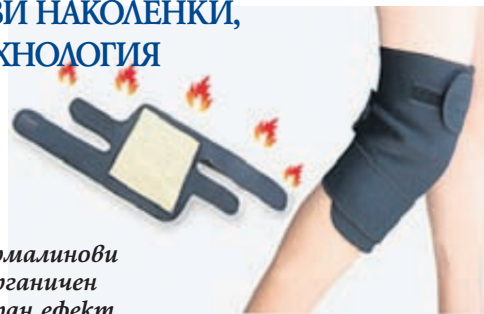
Екофарм ЕООД, бул. "Черни Връх" №14, бл. 3, 1421 София, България  
Тел. 02/ 963 15 96, 963 15 97, Факс: 02/ 963 15 61

## СЛОЖЕТЕ КРАЙ НА БОЛКИТЕ В КОЛЕНЕТЕ РЕШЕНИЕТО: ТУРМАЛИНОВИ НАКОЛЕНКИ, ЯПОНСКА ТЕХНОЛОГИЯ

Благодарение на инфрачервеното излъчване наколенките осигуряват резултатна лечебна топлинна терапия за всички видове артрити и артрози на коленните стави. Вградените турмалинови кристали, бамбукови въглища и органичен германий имат отличен комбиниран ефект.

### Области на приложение:

- спомагат самовъзстановителните функции на клетките на междуставното пространство;
  - нормализират циркулацията на кръвта;
  - отстраняват болката от студ, влага, измръзване, от промяна на времето;
  - облекчават симптомите на преумора на ставите;
  - премахват напрежението в мускулите, болки и схващане в коляното;
  - помагат при отоци и отпадналост на долните крайници, при артроза на колянната става, при възпаление и износване;
  - помагат при шипове в коляното, при болки и спазми в мускулите на прасците и бедрата;
  - облекчават невралгии и мускулни спазми;
  - препоръчват се при разширени вени на долните крайници и при разтегнати връзки в областта на колената;
  - ускоряват зарастването на кости при фрактури.
- Особено подходящи за хора със заседнал начин на живот и при активно спортуващи;



Д-р Станимир, ОПЛ, София

Препоръчвам тези лечебни наколенки, защото много мои пациенти възвръщат подвижността си с тях и забравиха за болките в коленете. Просто трябва да се носят постоянно и резултатите са направо чудодейни...

### ЗА ПОРЪЧКА:

0897 72 10 10  
0889 72 10 20  
0877 72 10 40

[www.bg-terramagica.com](http://www.bg-terramagica.com)

Цена 49 лв. + безплатна доставка!



Доц. Генов, какви са причините за мозъчносъдови проблеми при младите хора?

- Мозъчносъдовата болест е характерна за средната възраст и за хората над 65-70 години. Забелязваме обаче тенденция за по-честа заболяемост от различни разновидности на мозъчносъдовата болест при младите - най-често кръвоизливи в мозъка. Те са следствие обикновено на рано изяви фактори, които не са установени и не се спазва профилактичен режим. При младите момичета особено често срещано е безразборното използване на противозачатъчни. Това са хормонални препарати и продължителният им прием води до промяна на хормоналния статус в организма, оттам до промяна на факторите на кръвосъсирването. Това може да причини евентуално кръвоизлив, тромбози, които се демонстрират с неврологичен дефицит от типа на мозъчния инсулт. Използването на противозачатъчни трябва да е под контрол от гинеколог и ендокринолог.

- Младите жени едва ли са запознати с този сериозен риск...

- Често не знаем за как-

# ЗАЩО СЕ ПОДМЛАДЯВАТ МОЗЪЧНОСЪДОВИТЕ ПРОБЛЕМИ

● С доц. Красимир Генов, началник на Клиниката по неврология на ВМА - София, разговаря Галина Спасова



Доц. Красимир Генов

ва подлежаща патология става въпрос - скрити флeбoтpомбoзи, хипертония... Обездвижване, наднормено тегло, стрес, недоспиване - тези фактори все повече излизат на преден план. Трябва да се спазват задължителните 8 часа сън, но да се ляга в десет, десет и половина, защото мозъкът почива във фазата на бавния сън. Работата нощем или ходенето по дискотеки означава инверсия на съня. Така постепенно се

натрупват фактори и в един момент организмът вече не успява да компенсира. Факт е, че зачестяват аномалиите на мозъчните съдове при младите. Вероятно и защото сега високите технологии ни позволяват да ги открием при елементарни сетивни усещания - главоболие, периодично гадене и повръщане. И това е шанс да предотвратим развитието им.

- Коя е "младата възраст" за мозъчносъдови

проблеми?

- До 45 години. После започва нормалното стареене на организма и мозъчносъдовата болест се развива постепенно, латентно в началото. Първите признаци са т.нар. бързопреходни нарушения на мозъчното кръвообращение, които протичат с кратко-трайно изтръпване на крайници, нестабилна походка, внезапно виене на свят. Обикновено се възприемат като менчуроподобен синдром, вегетативни кризи, а се оказват първи сигнали, че става нещо в организма. Няма възраст на профилактичните прегледи. Те трябва да се правят един път годишно и включват елементарните изследвания. Допреди 5-6 години въобще не се говореше за изследване на хемостазен профил, за антифосфолипиден синдром, за промени във фактори на съсирването като тромбин S и тромбин C, които са

изключително важни в синтеза на витамин K, изследването на витамин D. Сега имаме изработен такъв панел, той се изследва на профилактичния преглед и ни показва общото състояние. Но при нас пациентите идват изключително късно.

- Винаги ли леките симптоми са налице в началото?

- Да, и ние искаме те да доведат пациента при нас, а не да дойде с инсулт. Подчертавам важността на първичната профилактика. Рационалният начин на живот, храненето, течностите, които трябва да се поемат, двигателният режим. Коригиране на наднорменото тегло и високото кръвно. Дислипидемията е изключително важна, над 80% от хората у нас имат промени в мастния профил. Откриваме развита атеросклероза в съдовете при младежи под 30 години. И при деца вече

наблюдаваме. Силен рисков фактор е мълчанието, но населението масово продължава да пуши. Изключително ниска здравна култура. А започнете, съчетанието между бира и водка примерно? И наркотик като се добави, става ужасна комбинация, но го правят редовно. А мозъкът страда, защото не се снабдява достатъчно с кислород и глюкоза. И на другия ден - отпаднало, безапетитие, с времето умората става хронична. Защо се засяват депресивните състояния при младите? Защо са толкова честите опитите за самоубийство... деца на 15-16 години, уникално е. Това са хора, които не могат да имат реална преценка. Нека младите първо да се справят с обездвижването, да си нормализират храненето. Когато им говорим за супа, ми се смеят, нямали време. Има непроменяеми рискови фактори - възрастта, полът, географската ширина и расата. Но задължително трябва да обвърнем вниманието на променяемите.

## БЕЗПЛАТНИ ПРЕГЛЕДИ ЗА РАЗШИРЕНИ ВЕНИ

ще правят съдови хирурзи в месеците май и юни в по-големите градове на страната. Националната кампания за борба с разширените вени се организира от Българското национално дружество по ангиология и съдова хирургия за осма година. Всеки, който има някой от симптомите на хроничната венозна болест, по-известна като разширени вени, и желае да бъде прегледан от специалист, може да види местата и дните за безплатни прегледи на [www.venite.bg](http://www.venite.bg)

Този въпросник ще ви помогне да оцените какъв е рискът да развиете или да страдате от хронична венозна болест (разширени вени).

Моля, отговорете на всички въпроси и сумирайте резултатите, след което проверете какъв е вашият риск.

ПОЛ

- 0 т. мъжки
- 1 т. женски

ВЪЗРАСТ

- 0 т. под 14 год.
- 1 т. 14-29 год.
- 2 т. 30-45 год.
- 3 т. над 45 год.

ОТ КОГА ВОДИТЕ ЗАСЕДНАЛ НАЧИН НА ЖИВОТ?

- 0 т. водя активен начин на живот
- 1 т. 1-3 год.
- 2 т. 3-10 год.
- 3 т. повече от 10 год.

ИМАТЕ ЛИ НАДНОРМЕНО ТЕГЛО?

- 0 т. не

## СТРАДАМ ЛИ ОТ РАЗШИРЕНИ ВЕНИ?

- 1 т. да, 1-5 кг
- 2 т. да, 5-10 кг
- 3 т. да, над 10 кг

СПОРТУВАТЕ ЛИ (ХОДЕНЕ, БЯГАНЕ, ПЛУВАНЕ, КАРАНЕ НА КОЛЕЛО)?

- 0 т. да, поне 3 часа седмично
- 1 т. да, по-малко от 3 часа седмично
- 2 т. рядко (по време на ваканция)
- 3 т. никога

КОЛКО ЧАСА ОТ РАБОТНИЯ СИ ДЕН ПРЕКАРВАТЕ В СЕДНАЛО ПОЛОЖЕНИЕ ИЛИ НА КРАК?

- 0 т. по-малко от 4 часа дневно
- 1 т. 4-8 часа дневно
- 2 т. повече от 8 часа дневно
- 3 т. повече от 8 часа дневно, плюс чести пътувания с кола, влак или самолет

НЯКОЙ ОТ РОДИТЕЛИТЕ ВИ СТРАДА ЛИ ОТ РАЗШИРЕНИ ВЕНИ?

- 0 т. не
- 1 т. единият
- 2 т. двамата
- 3 т. двамата, единият от тях с усложнения (язви)

РАЖДАЛИ ЛИ СТЕ?

- 0 т. не
- 1 т. веднъж
- 2 т. 2 пъти
- 3 т. повече от 2 пъти

УСЕЩАТЕ ЛИ ПОНЯКОГА КРАКАТА СИ "ТЕЖКИ"?

- 0 т. не, никога
- 1 т. понякога
- 2 т. често
- 3 т. почти постоянно

КОГА СЕ ЗАСИЛВА УСЕЩАНИЕТО ЗА ТЕЖЕСТ В КРАКАТА?

- 0 т. при горещо време
- 1 т. при приемане на контрацептивни средства или хормонотерапия
- 2 т. по време на менструация

ИМАЛИ ЛИ СТЕ НЯКОГА ПОДУВАНЕ НА ГЛЕЗЕНИТЕ?

- 0 т. не, никога
- 1 т. само при горещо време или при дълго пътуване със самолет, влак, кола
- 2 т. почти всеки ден, предимно вечер
- 3 т. почти всеки ден, целодневно

РЕЗУЛТАТИ

**До 11 точки:** Имате нисък риск за развитие на хронична венозна болест. Следвайте здравословния си начин на живот, за да запазите вените си здрави.

**От 12 до 22 точки:** Има риск от развитие на хронична венозна болест или вече страдате от нея. Сега е моментът да реагирате, като промените начина си на живот и започнете лечение (венотонични медикаменти, компресивна терапия и др.).

**Повече от 22 точки:** Вече имате изявена венозна болест или има висок риск да я развиете в бъдеще. Прогресирането на болестта може да бъде спряно с помощта на склеротерапия, хирургично лечение или лазерна терапия, съчетани с промяна в начина на живот.

Ако се нуждаете от повече информация за хроничната венозна болест, консултирайте се с вашия лекар или фармацевт.



Доц. г-р Димитър ПОПОВ

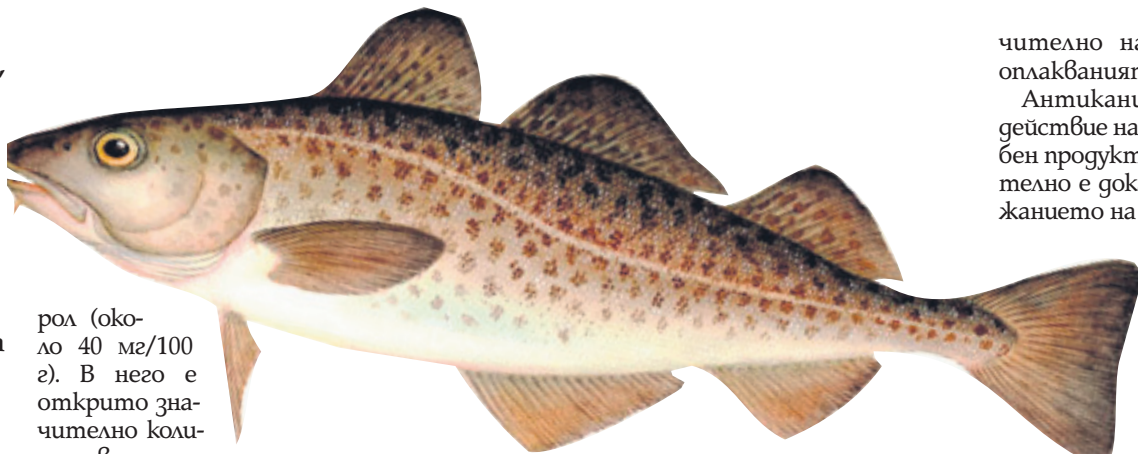
Беше време, когато рационалното хранене, което е основна предпоставка за здравето и дълголетието на една нация, беше заменено с безсмислени, химерични цели и идеали, които претърпяха открителен провал. В онези години повечето от обичайните за всеки сегашен супермаркет храни бяха лукс, на който, при добър късмет, можехме да се порадваме единствено по празниците. В резултат продължителността на живота на българина се срина до стойности, с десетилетие по-ниски от тези в повечето европейски страни.

В наши дни изключително полезни за човешкия организъм продукти някой може би ще отнесе към откритиелите "глезотийки". Съвременната наука обаче с абсолютна категоричност отхвърля подобно тълкуване за храни, които представляват истински шедьоври на природата. В тях са концентрирани невероятен брой уникални по своя характер и действие нутриенти. Един такъв удивителен природен "шедьовър" е гробът от треска. От рибите от семейство Трескови (*Gadidae*) най-голямо значение има атлантическата треска (*Gadus morhua*), която достига дължина до 2 м и маса до 50 кг. Нейната тихоокеанска "сестра" (*Gadus macrocephalus*) е с по-скромни размери - около половин метър (най-често 30-35 см) и маса, не повече от 15 кг. Тя се използва за получаването на сурими - рибна паста, от която се произвеждат добре познатите ни рачешки рула, в които обаче няма... раци.

Месото на атлантическата треска се ценно особено много поради високото съдържание (близо 20%) на висококачествен и лесноусвояем белтък,

ниско съдържание на мазнини (0,3-0,4%) и холестерол

## ДРОБЪТ ОТ ТРЕСКА - ХРАНА И ЛЕКАРСТВО



рол (около 40 мг/100 г). В него е открито значително количество от

изключително важния витамин В<sub>12</sub>, който играе съществена роля при формирането на червените кръвни телица, в кръвосъсирването, изграждането на нервните тъкани и т.н. Треската е един истински природен феномен - за разлика от останалите риби, при които липидите се натрупват главно в месото, при нея те се складираат в черния гроб, което го прави един наистина много търсен продукт. За съжаление гробът от треска е изключително нетраен, ето защо неговата преработка следва да се извърши непосредствено след улова.

Всъщност редовният консуматор има достъп единствено до консервиран гроб от треска, чиито достоинства ще се опита да представим в следващия текст.

При консервирането му непосредствено след улова се запазват на практика в непроменен вид всички ценни вещества, които той съдържа. Съществува изпитан критерий за угодност за качество на продукт, в който производителят е спазил всички технологични изисквания - при разклащането на консервата не се долавя никакво бълбукане в нея.

**С най-високо качество определено са консервите, произведени още в морето, на самия кораб.**

Ако за производство се използва предварително замразен продукт, получените консерви са с много по-ниски органолептични показатели и чувствително занижена хранителна и диетична стойност. На пръв поглед, предвид това, че се касае за субпродукт, при това за филтриращ орган, гробът от треска предизвиква оп-

ределени съмнения по повод неговия здравословен ефект. Дори беглият поглед върху състава му обаче ни убеждава, че в него природата с необичайна щедрост е събрала невероятен букет от изключително полезни за човешкия организъм вещества, които в толкова съчетание и в толкова количество почти не се срещат на едно място. Най-ценната съставка на гроба от треска безспорно са липидите, чието съдържание обикновено надхвърля 65%. Почти половината от тях (46,71%) съставляват мазнини, съставени от мононенаситените (омега-9) мастни киселини - олеинова (20,6%), гадолеинова (10,4%) и ерукова (7,3%).

**Полиненаситените мазнини съставляват 22,5% от количеството на липидите.**

Те основно са изградени от мастни киселини от фамилията омега 3 - докозахексаенова (11%), ейкозапентаенова (6,9%), докозапентаенова (0,9%), линоленова (0,9%) и стиридова (0,9%). Мастните киселини от фамилията омега-6 са представени главно от линоловата (0,9%) и арахидоновата (0,9%). Това, което прави гроба от треска един наистина безценен продукт, е високото съдържание на омега-3 мастни киселини, които, както показват изследванията през последните десетилетия, имат изключителна роля в огромно брой жизненоважни процеси в човешкия организъм. Тези киселини са основен градивен елемент на клетъчните мембрани, съдействат за предаването на нервните импулси и са важен фактор за правилното и безотказно функциониране на мозъка и нервна-

чително намаление на оплакванията.

Антиканцерогенното действие на този вълшебен продукт също убедително е доказано. Съдържанието на белтъчини в

него не е високо - около 4-5%, но те са лесноусвояими и с изключително високо качество

та система. Ейкозапентаеновата и докозахексаеновата киселина имат благоприятно въздействие върху дейността на сърцето и регулират сърдечния ритъм, способстват за предотвратяване на пристъпите на аритмия. Има убедителни доказателства за благотворното влияние на омега-3 мазнините върху нивото на кръвното налягане, функционирането на кръвоносните съдове, както и върху съдържанието на триглицериди в кръвта. Неотдавна британски учени доказваха, че

**омега-3 мазнините блокират действието на ензимите, които разрушават хрущяла на ставите и блокират проявата на болестния импулс до мозъка,**

т.е. те са ефективно средство за лечение на ревматоиден артрит и други дегенеративни заболявания на опорно-двигателния апарат. Консумирането само на 10 г гроб от треска дневно в продължение на един месец води до зна-

- в тях са открити ценните незаменими аминокиселини триптофан, лизин и метионин. Триптофанът е прекурсор (изходно вещество) от което организмът синтезира ниацина (витамин В<sub>3</sub>) и важния невротрансмитер серотонин, който играе ключова роля в регулирането на апетита, телесната температура, настроението, съня, агресивността, кръвосъсирването, сексуалността и т.н. Лизинът има възпиращо действие по отношение на вирусите, причиняващи остри респираторни заболявания и херпеса, а метионинът участва активно в биосинтеза на протеините.

**В гроба от треска се съдържат и редица важни витамини - А, В<sub>1</sub>, В<sub>2</sub>, В<sub>3</sub>, В<sub>6</sub>, В<sub>9</sub>, С, D и Е,** както и внушителен брой ценни минерали - натрий, калий, калций, магнезий, желязо, цинк, хром, молибден, никел, йод, фосфор, сяра и т.н. Предвид високото съдържание на витамин А продуктът има благоприятно въздействие върху ретината и подобрява т.нар. нощно виждане. Това действие на гроба от треска било

установено преди много години от северните народи, при които той се консумирал пресен и необработен. Още в древността великият персийски лекар и философ Абу Али ибн Сина (Авицена) препоръчвал на болните със слабо зрение да консумират гроб от треска. В него в наши дни е открито наличието и на още една ценна съставка - глюкозаминогликан хепарин, вещество с антикоагулаторно действие, което нормализира кръвосъсирването и предотвратява образуването на тромби.

**Високото съдържание на толкова много биологично активни вещества прави гроба от треска ценна храна за бъдещите майки.**

Препоръчва се неговата консумация да започне след второто тримесечие на бременността и да продължи и след раждането - в периода на кърменето на детето. Това ще създаде предпоставки за развитието в по-нататъжния му живот на висок интелект. И при гроба от треска, както и в много други случаи, крилатият принцип на Мечо Пух "Колкото повече, толкова повече" не е в сила. Не трябва да се забравя, че се касае за висококалоричен продукт (613 ккал, 2566 kJ/100 г), който съдържа 250 мг/100 г холестерол. Благотворното му въздействие върху организма се проявява при консумиране на 30-40 г дневно. В случая на гроба от треска с пълна сила важат думите на великия лекар на древността Хипократ, превърнали се в сентенция: "Нека храната бъде твоето лекарство и лекарството бъде твоята храна".

gpopov\_bg@yahoo.com

Може би този невероятен продукт щеше да си остане недостижим деликатес, ако не беше прозрението на французина Никола Апер, който в самия край на XVIII век открива метода за запазване на хранителните продукти чрез топлинна стерилизация. Това забележително откритие е свързано с името на великия корсиканец - императорът на Франция Наполеон Бонапарт. Обезпокоен от високата смъртност сред войниците от развалена храна, владетелят обявил висока парична награда за откриване на начин за по-продължително запазване на нейната годност.

Както се досещате, тя била спечелена от Никола Апер. През 1802 г. изобретателният парижки готвач открил край града на Сена първата в света консервна фабрика. В интерес на истината следва да добавим, че добре познатата ни консервна кутия е открита от англичанина Питър Дюран около десетилетие след това. Едва 45 години по-късно е изобретена отварачката за консерви. Дотогава "битката" за достигане до съдържанието на консервните кутии на Дюран била твърде изнурителна - войниците с щикове, а домакините с нож и чука.



7 ГОДИНИ  
ПО-КЪСНО

# Кристияна Вълчева: ЖИВЕЯ ОТНОВО

Смелата Кристияна  
е една от петте  
българки преживяли  
ужаса на  
либийския плен

**З**дравей, Кристияна. Какво се промени за теб от лятото на 2007 г. до сега?

Здравейте, промениха се много неща. Започнах да гледам на света по друг начин. Учих отново и станах рехабилитатор. Пътувам и опитвам нови неща. Но най-важното – започнах да ценя всеки миг и да се грижа по-добре за себе си.

От теб наистина струи енергия и изглеждаш подмладена. Оптимизмът ли е твоята тайна?

Дааа. (Усмива се заразително) След това, което ми се случи в Либия, се научих да намирам смисъл и повод за радост във всяко нещо. Положителните промени идват, когато човек пребори стреса и навика. Например докато следвах, всяка сесия качвах по няколко килограма от нерви и безразборно хранене. При 1,64см. ръст обаче станат ли повече от десет излишните килограми започват сериозно да пречат. Докато се усетя вече трябваше да купувам дрехите, които

ми стават, а не тези, които харесвам. Тогава

**реших, че е време за промяна**

Като по-вечето жени, опитах първо с диети – къде от интернет, къде по препоръки..., но както всеки знае, с тях глад - има резултат няма. (Смее се) Затова започнах да се храня здравословно. Спрях всичко, съдържащо консерванти.

Това повлия страхотно на общия ми тонус, но килограмите си стояха. Трябваше да се постарая още малко. (Намига) При жените над 50г. отслабването вече се влияе и от други неща освен храната. Като финална стъпка реших да потърся нещо природно, което да подобри метаболизма ми. Разгледах информацията за много продукти. Като човек с медицинско образование се оказах доста претенциозна. (Смее се) Накрая се спрях на Vitaslim заради течната формула и по-доброто усвояване. Спечелих ме и гарантираната чистота на съставките – нещо, към което вече се стремях с всяка порция в моята чиния.

## От кошмара до усмивката

Лъчезарната Криси нарича себе си „болен оптимист“. Осем години и половина в затвора тя не плаче нито веднъж. Не допуска самосъжаление и не губи вяра, че отново ще стъпи свободна на българска земя. „Всеки има своя Либия“, казва Криси – „изпитание, което трябва да го научи на нужните уроци.“ Преминала през ужаса на неизвестността, днес тя граби от живота с пълни шепи и се радва на най-голямото човешко право – правото на избор.



Промяната в мисленето води и до подмяна на гардероба

Започнах с Vitaslim LINE. Благодарение на него и любимите ми разходки постепенно

**кантарът започна да ми се усмихва**

После дойде зимата. От застояването вкъщи ми се хапваше повече, а и обичам да готвя. За да не проваля положените досега усилия, включих в режима си и Vitaslim LIGHT. Той намали апетита ми и вече не гледам тъжно към хладилника. (Смее се) За десет месеца свалих

общо 12 кг. Резултат, на който дори не се надявах. Но тялото ми се стегна и отново си припомних какво е да си кокетна. (Смее се) Когато човек не допуска отчаяние, се намира решение на всяка житейска ситуация. Откакто открих това за себе си,

**нямам спирка**

(Смее се) Сега съм решила да вляза в топ форма и да сваля още 5 кг. с моята любима комбинация!



**ПРОМОЦИЯ**  
Стегни се и отслабни!

ПРОМО ПАКЕТ "ПЛОСЪК КОРЕМ"  
1 бр. Vitaslim LINE + **ПОДАРЪК**  
1 бр. Vitaslim LINE gъ8ku

ПРОМО ПАКЕТ "ТЪНКА ТАЛИЯ"  
1 бр. Vitaslim LIGHT + **ПОДАРЪК**  
1 бр. Vitaslim LINE gъ8ku

Търсете специалните  
**ПРОМО ПАКЕТИ С ПОДАРЪК**  
в anmekume и на [vitaslim.eu](http://vitaslim.eu)



Тръгнем ли по паркове и детски лълки, по екскурзии - на море, планина, все някой от малките ще се удари, ожули, пореже, изгори, ще го ограска коте, не е изключена рана и от по-темпераментно общуване с чужд домашен любимец - погребно или по-големичко куче. Няма родител, баба, дядо, които да не са преживели (дори по няколко пъти) всеки от тези сюжети и които да не разказват после случая отново и отново и все по-драматично.

# ЮНАК БЕЗ РАНА НЕ МОЖЕ, А МАМА - БЕЗ ДОБРА АПТЕЧКА

**Щ**ом сложим кълъпите панталонки или пролетно-лятна "рокля" на малчугана, леките маратонки или сандали, се започва: наранени лакът, коляно, длан, чело, здраво ожулване, притиснат пръст и дълбоко счупен нокът, опарване, разчесана рана от ухапване от насекоми и т.н. Неизброими са рисковете и последиците, но е добре да бъдем максимално подготвени като възраст-

ни - и с информация, и с добра аптечка под ръка. При всеки по-малък или по-голям инцидент има плач - и от болката, и заради кървенето. Еднакви са страшни и двете, така че колкото по-бързо се справят мама и татко с ранното, толкова по-добре за всички.

Откритата рана кърви по различен начин в зависимост от това какво е засегнато - капиляр, вена или артерия. В първия случай раната просто сълзи,



Снимка  
Рая ПЕТКОВА

ват: обезателно първо промийте раната най-добре с кислородна вода, а ако такава липсва - с чиста вода и сапун с памучен тампон или марля. Добре подсушете кожата около раната и обработете краищата с бактерицидно средство (на йодна основа), като се пази самата рана. Покрийте я със стерилна марля и превържете.

Ограскванията и ожулванията се превързват само в случаите, когато трябва да бъде спряно кървотечение. Оставени открити, драскотините заздравяват по-бързо.

Навременната и правилна обработка на всяка рана е изключително важна. Отхвърлили ли се рискът от трайно инфектиране, при 95% от децата раната е заздравяла до седмица, твърдят специалистите. Най-добрата и достъпна превенция е използването на широкоспектрен дезинфектант, активен срещу бактерии, вируси и гъбички, както и срещу развитие на микроорганизми, обичайно нечувствителни на антибиотици и сулфамиди. Най-достъпните мазила с активна съставка повидон йод имат и голямото предимство, особено важно при деца, че нямат изгарящ ефект върху тъканите, действат дълго и много резултатно.

При неголеми рани специалистите съвет-

## Йодасепт

Повидон-йод 100 mg/1 g  
40 g маз  
90 g маз

## Юнак без ЙОДАСЕПТ не може



### Йодасепт:

- е мехлем с дълготрайно действие
- и комплексен дезинфектиращ ефект,
- нанася се лесно и бързо,
- а освен това не щипе.

Продукт от природата на билкова  
основа при проблеми с БЪБРЕЦИТЕ

По оригинална рецепта на  
Петър Димков



- Улеснява пречистването на бъбреците от пясък и камъни.
- Подобрява дренажа на бъбреците.
- Помага за нормализиране функцията на отделителната система.
- Действа противовъзпалително и диуретично.

Фирма "Петър Димков и КО"  
адрес: гр. София  
ул. "Сухоголка" №143  
02/928 28 77, 0888 58 79 42  
www.petardimkov.com

Търсете в аптеките  
Дистрибутори:  
"СТИНГ" АД  
"Фармабион плюс" ЕООД  
02/953 26 01

Лекарствен продукт без лекарско предписание.  
Преди употреба прочетете листовката.  
A132 / 12.04.2011 г.

**Actavis**



Д-р Георги ЧАЛДЪКОВ  
и приятели<sup>1</sup>

Звезди, луна, комети, гени - на каквото и да се дължи, виното, направено от грозде, събрано през определен година от определен район, е най-приятно за пиене. През годините 1811, 1826, 1839, 1845, 1852, 1858, 1861, 1985 и 1989 блясъците на летищи комети са предвестници на много добра реколта - и много добро вино (vintage wine).

Същото се отнася и за много добрите поети, артисти, художници, учени.

От съчетаването на Хронос и Гея, може би и на Дионисий и Аполоний, се раждат големите таланти. Така е през 1934 г. в Бургас: Райна Кабауванска, Олга Шевкенова, Елисавета Иконописова, Димитрина Пурова-Савова, Антоанета Войникова, Христо Фотев, Стефан Димов-Кефа, Иван Кожухаров, Драго Николов, Любомир Йорданов, Тодор Евгениев, Васил Вълев, Хиндо Касимов, Иван Арабов, Херувим Стоев, Евгени Голвински...

И Доси (по кръщелно) Досев - чаровникът на българските театър и кино! Роден в София на 12 април

# СОФИЯНЕЦЪТ, КОЙТО СТАНА ГРАЖДАНИН НА МОРЕТО

## ● Чаровникът Доси Досев на 80

1934 г., завършва ВИТИЗ "Кръстьо Сарафов" през 1955 г., играе в модерните години на бургаския театър, когато Вили Цанков, Юлия Огнянова и Методи Андонов бяха режисьори, Доси Досев е повече гражданин на Созопол и Бургас, отколкото на София. Една артистична парабол от улица "Гагарин" 12 в София до Созопол - в къща, съжителстваща с морето и скалите край него. През подобна миграция мина и поетът Славчо Чернишев. Когато двамата с Доси бя-

ха на една маса, "казиното със кая се люлееше.../ а виното танцуваше и пееше".

От ученици в Бургас се възхищаваме на този голям артист и човек. Като студенти в София, приятели от ВИТИЗ - Тодор Тодоров-Тъшо и Антон Горчев, понякога и Жоржета Чакърова - ни даваха техните пропуски и така по няколко пъти гледахме пиесите, които много ни харесваха. Една от тях беше "Унижените и оскърбените", постановка на Вили Цанков в Младежкия театър, в която Доси

той казва: "Благодаря, не пия!".

Анекдотът и до днес разказва, че това е най-трудната реплика в богатия репертоар на Доси Досев.

Доси, пожелаем ти поне още 20 години да си на сцената и на масата!

# БРАТЪТ НА ГЪОРИНГ СПАСЯВА ОТ ХОЛОКОСТА БЪЛГАРСКИ ЕВРЕИН

## Една съвсем непозната както у нас, така и по света семейна история

"Преди да млъкна" е книга, написана от Илко Минева и посветена на един от предците му, който през 1943 г. се спасява от Холокоста и бяга от България в далечна Бразилия. Това става възможно благодарение на командированя у нас Алберт Гьоринг, брат на фашисткия палач Херман Гьоринг. Случката е допълнителен щрих към епопеята за спасяването на 50-те хиляди български евреи от газовите камери.

Лико Хазан, героят на този сюжет, докато е затворник в български лагер за принудителен труд, нещо често срещано у нас през Втората световна война, не би могъл въобще да си представи, че един ден ще води много по-добър живот



в далечната и мистериозна Бразилия. Но преди да стигне до там, младият затворник изважда невероятен късмет, защото съдбата

случайно го среща с Алберт Гьоринг, който му помага да избяга в неутрална Турция. Не иде реч за никаква политическа фантастика, а за истинска семейна история, съвсем непозната както у нас, така и по света.

Авторът Илко Минева е роден през 1946 г. в София. По политически причини емигрира в Белгия, където завършва стопански науки. По-късно се мести в Бразилия, където деловитостта и знанията му са оценени и той успява да се реализира. Г-н Минева е бил почетен консул на Кралство Холандия в продължение на три десетилетия. Почетен гражданин е и на град Манаус, щат Амазонас, където живее и до днес. Освен български владее немски, английски, португалски, испански, справя се и с холандски, руски и френски.

Премиерата на "Преди да млъкна" ще бъде на 15 май от 18 ч. в Заседателната зала на Ректората на СУ "Св. Кл. Охридски" и ще бъде представена от писателите Жерминал Чивиков и Валентин Караманчев.



## ЗА ПЕТИ ПЪТ ФЕСТИВАЛ НА АНИМАЦИОННОТО КИНО „ЗЛАТЕН КУКЕР“

Петото юбилейно издание на Международния фестивал на анимационния филм "Златен кукер" ще се проведе в София, в кино "Одеон", НАТФИЗ и Фотосинтезис. Тази година темата на фестивала ще бъде "Смехът". Селектирани са 164 филма в конкурсната и 245 в извънконкурсната програма. Аниматорите, студентите по анимация и посетителите на фестивала ще имат изключителната възможност да присъстват на уникални лекции, майсторски класове и анимационни работилници от световна величина, от които да натрупат нови полезни знания, които значително биха допринесли за развитието им. Сред имената на специалните наши лектори и гости по време на "Златен кукер - София" 2014 ще бъдат световноизвестните Хиско Хулзинг, Румен Петков, Бил Денис и др.

Фестът ще продължи цяла седмица и ще завърши на 18 май.

# ЯВЛЕНИЕТО СЕ ЗАВРЪЩА, ПРЕДИ ДА СИ Е ТРЪГНАЛО

## ● Кольо Карамфилов с нова изложба и с първа словесна сбирка

низаторите Мария Василева, Станислава Николова и Стефан Божков, както и с подкрепата на семейството, приятелите и колекционерите на явлението Кольо Карамфилов: Росен Карамфилов, Ина Дамьянова, Стефан Божков, Радост Коцева и галерия U.P.A.R.K., Павлина Маринова, Емил Пунгеров и галерия L'Union, Росица Иванова, Николай Неделчев, Елена Йончева и Пламен Тодоров, Емил Иванов, Си-

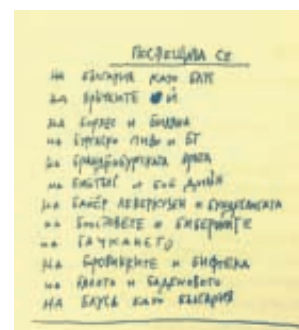
меон Джурев, Димитър Тодоров, Димитър Русев, Георги Добрев, Атанас Хранов, сем. Аделина и Вихрони Попнегелеви, Красимир Добрев.

Кольо Карамфилов (1963-2014) е роден в Пловдив, където през 1982 г. завършва Сценография в Училището за сценични кадри. От 1983 г. участва в множество общи и групови изложби. Заедно с Димитър Митовски създават тангема "Модерна

класика" и в периода 1989-1992 осъществяват няколко акции и съвместни изложби. Той е член-основател на авангардната група "Ръб" и участва във всички нейни изяви в периода 1990-1993. От 1995 г. е член-основател и на група "Диско '95". Изявява се като график, илюстратор, живописец, скулптор и сценограф. Печелил е множество награди.

Изложбата се открива на 14 май, сряда, от 18 ч. Тогава ще се състои и премиерата на книгата му "Осигури", първата и последна сбирка на Кольо К., в която са събрани поетичните му текстове, които през 2013 г. той пишеше на страницата си във Фейсбук. Книгата ще се продава

с благотворителна цел. Тя е словесният пейзаж на този невероятно талантлив артист, който и пееше изумително добре. Неотдавна, макар и посмъртно, той получи голяма награда за филма си "Казабланка", а сега сюрпризира всичките си почитатели с изящните си поетични прози и прозрения.



През януари най-неочаквано ни напусна едва на 50 години безпородният Кольо Карамфилов. След кончината на големия художник по-русените му приятели и почитатели със съдействието на Софийската градска художествена галерия успяха да съберат част от картините му и да организират голяма изложба, с която да почетат паметта му и да си припомним силата на из-



куството му. Показваните творби са от различни жанрове и периоди, които само леко повдигат завесата към безкрая на космическия му талант.

Тази изложба става възможна с усилията на орга-



## СОФИЯ

С нова спортна зала със съблекални се сдоби столичното 88 СОУ "Димитър Попниколов" в квартал "Овча купел". Съоръжението е част от проект, който включва басейн, физкултурен салон, зала за тенис на маса, фитнес и нов асансьор. Изграждането на спортния комплекс започна преди няколко години, като за целта държавата отпусна 2 млн. лв. "Важно е учениците и учителите да са доволни, защото това е едно от последните училища без физкултурен салон", коментира кметът на София Йорданка Фандъкова. Тя

## Столично училище с нова спортна зала



допълни, че в най-скоро време в новата зала ще започне провеждането на учебни часове. Очаква се

също така басейнът да бъде завършен през лятото, а от есента да започне да функционира.



## ВАРНА

## Агенция „Синхуа“ с изложба в общината

ния през годините.

От 10 май т.г. Морската столица е домакин на изложба, посветена на 65-ата годишнина от установяването на официалните дипломатически отношения между България и азиатската страна. Изложбата, изготвена от китайската държавна информационна агенция "Синхуа", включва 65 избрани фотографии, отразява-

щи сътрудничеството и приятелството между двете държави. Експозицията ще остане във Варна до 17 май.

От 8 до 11 юни пък предстои Седмица за икономически и културен обмен в Нинбо в рамките на Годишната за поощряване на инвестиционния и бизнес обмен между Китай и страните от Източна Европа.

## ПЛОВДИВ

## Малката базилика привлича туристи

Над 1500 пловдивчани и гости на града са посетили новооткритата Малка базилика в празничните дни от 1 до 6 май, съобщават от пресцентъра на общината. Всеки първи четвъртък от месеца входът за културния обект ще бъде безплатен за ученици, студенти и пенсионери, а Ден на отворените врати за всички ще има

два пъти годишно - в Световния ден на музеите през май и в Нощта на галериите и музеите през септември.

"Големият интерес е оценка за труда, който полагаме, за да популяризираме културно-историческото наследство, и ни стимулира да продължим да инвестираме в тази посока", коментира кметът на

Пловдив инж. Иван Томев. Той допълни, че продължава поредният етап от реконструкцията на къща "Клианти", както и ремонтно-възстановителните дейности на още шест къщи в Стария град. Предстои също така отваряне на офертите за реализиране на втория етап от проекта за Одеона, в реконструкцията на който ще бъдат вложени около 300 хил. лева. Идеята е обектът да бъде готов през септември и да приеме събития от Есенния салон на изкуствата.



## СТАРА ЗАГОРА

Изявени български и чуждестранни изпълнители ще се включат в третото издание на международния джаз фестивал, който ще се проведе от 12 до 14 юни в Стара Загора. За първи път сцената ще бъде разположена сред естественя декор на античния форум "Августа Траяна", датиран към II век след Христа, чиято пълна реставрация приключи в края на миналата година.

Свои произведения ще представят пионерите в жанра Милчо Левиев, Любомир Денев, Марио Станчев, както и техни колеги от по-младото поколение. Специално внимание ще бъде отделено на музикалното наследство на Румен Тосков - Рупето, Георги Борисов, Иван Спасов.

През тази година участие в престижния музика-

## Джазовото лято започва от града на липите



лен форум ще вземат и топсаксофонистът Джордж Гарзон от САЩ, мексиканското "Маг трио" на Даниел Идалго, а французинът Лионел Мартин ще изпълнява музика, композирана и от български автори.

"Джаз форум Стара Загора" се провежда ежегодно от 2012 година насам. В предишните си издания

фестивалът бе фокусиран върху българското джазово вокално майсторство (2012) и тромпета като водещ джазов инструмент (2013). Организатор на "Джаз форум Стара Загора" е Община Стара Загора с подкрепата на "Контур Глобал" и фондация "Америка за България". Входът за всички събития е безплатен.

## БЛАГОЕВГРАД

## Конкурс за млади фотографи



Талантливи фотографи ще имат възможност да покажат красотата на града през обектива на своя фотоапарат. Вече започна и подаването на снимки в конкурса "Благоевград през погледа на младия фотограф". До 20 юни професионалисти и любители ще могат да изпращат снимки в три категории на адрес: fotokonkursblagoevgrad@gmail.com. Те ще се конкурират в категориите "Пейзаж", "Портрет" и "Репортаж". Участниците ще могат да използват необичайни гледни точки, светлина и комбинации от елементи, за да покажат това, което ги е впечатлило като млади хора.

На 22 юни ще бъдат селектирани най-интересните произведения и ще бъдат подредени в обща изложба. Официалното награждаване на победителите ще се състои на 25 юни. Постъпилите снимки ще бъдат селектирани от жури. Един участник не може да вземе повече от една награда.

Регламентът не допуска участието на снимки, които не са декларирани, че са авторски. Към снимката трябва да има кратко описание къде точно е заснета. За да бъде допусната снимка в изложбата, тя трябва да отговаря на условията на конкурса.

## БУРГАС

## Възрастни и инвалиди получават храна по домовете

Над 800 възрастни и болни хора от гр. Бургасо и с. Брястовец вече получават топла храна по домовете. Те са част от програмата на Община Бургас "Домашен социален патронаж", в която могат да се включат лица над 60 години в пенсионна възраст, инвалиди

с над 71% нетрудоспособност. Неотдавна от общината закупили три чисто нови автомобила, което позволи разкриването на десети район за разнос на храна.

Повече информация за дейността на патронажа, документите, с които се кандигатства за

включване, и менюто по видове диети, може да откриете в официалния сайт на Община Бургас, раздел "Социални дейности и трудова заетост" - "Социална звена" - "Меню на Домашен социален патронаж".

Страницата подготви  
Георги ГЕОРГИЕВ



● Абсолютен хит сред аксесоарите за коса е златото

Тина БОГОМИЛОВА

Най-лесната, евтина и видима промяна е... прическата. А през май фризьорските салони обикновено са препълнени.

Тази пролет модните гурута са на едно мнение с природата. Дамите дори не трябва да правят нищо с косата си, тъй като естествените фризури шестват из модните подиуми. Колкото по-небрежни прически, толкова по-фешън. А дължината на косата няма значение.

Късите коси са не само модерни, но и най-удобни в жезите.

Правата коса е небрежно пусната, не опъната. Ако е дълга, опашката винаги е на мода. Опашките варианти са стегнатата конка, със страничен път, настрани или отпусната и рошава.

Плитките са хит това лято, а изборът е голям - младежки, грънч или елегантни: рибена кост, венец, небрежна странична, както и съчетание от големи и малки плитки.

Карето май винаги е фешън прическа. Актуално е във всички форми и дължини - от загладен

# Колкото по-небрежни прически, толкова по-фешън

вид го нахъсан. Могат да прегночитат обаче загладеното, при което косата е разделена на път в средата отпред и пригладена зад ушите.

"Шаг" прическата, нахумяла от Дженифър Анистън, е и при Келвин Клайн, и при Диор. Първата е небрежна, втората - пригладена.

Модната библия "Вог" показва доста необичайни прически, залагащи на грънджа - неравни дължини, изгиво гравирани и преливане на цветовете, неравен бретон и металически нюанси.

Прическата обаче трябва да се съобрази и с формата на лицето. Според коафьорите на овалното отиват всякакви фризури. При кръгло лице се избягват гладкото сресване и правият път. За квадратното са подходящи асиметрични прически, но не и много дълга коса. Ако лицето е триъгълно, не се правят къси бретони и не се сресва гладко назад. При правоъгълно е добре косата да покрива ушите или да оз-

ражда с къдрици лицето.

И този месец коафьори и фризьори ще се пренасят в Холивуд заради абитуриентските балове. Раздаването на Оскарите е като каталог за младежите, въпреки че малцина могат да вмъкнат истински диаманти в косите си. Абитуриентите желаят да са звезди, макар и за една нощ.

Здраво стегнатият кок вече не е актуална тенденция при официалните и абитуриентските прически. На мода са тези, които изглеждат естествено, непринудено, но и едновременно с това стилно.

Косата на една страна е стилна и шик, а вариантите са много. Може да се направи като опашка, плитка или да се нахъдри на едри букли.

Всякакви интересни плетеници в косата са препоръчителни при абитуриентски прически тази година. Могат да са направени както на цялата коса, така и на част от нея.

Модерните цветовете през та-



зи пролет и лято са платинено русото и естествено изглеждащите нюанси на червеното, тъмнорусото, кестенявото.

Мокрият ефект на косите от няколко години е изключително силна тенденция, особено през лятото. Идеята е в града да изглеждаш като на морето.

Абсолютен хит сред аксесоарите за коса е златото - шноли, фиби, гиадеми и изобико всички украшения, които го имитират.

Косата обаче се нуждае от специални грижи през лятото, за да не се превърне в слама. Не се боядисва преди лятната отпуската, защото цветът става неузнаваем след солена или хлорирана вода. Необходимо е да се избягват не само боите, но и лакове и пана, тъй като допълнително изсушават косата.

Летните шампоани не бива да са силни, а натурални и без алкохол. Добрите марки предлагат специални шампоани за след слънце, които хидратират, не дразнят скалпа и придават блясък. Козметичните салони предлагат и специални процедури за предпазване от вредното влияние на ултравиолетовите лъчи. Косата се овлажнява с различни маски, в които има кератин, масла от пшеничен зародиш и жожоба.

През горещите дни косата иска да си почине от сешоари, преси, маши и нагриващи ролки. По-добре да съхне сама и без сложни прически.

Козметиката и стилистите ще помогнат за лъскава и модерна гриба, но са необходими също и здравословна храна, повече вода и движение.



Специални предложения  
ЗА ВАС  
АБИТУРИЕНТИ!



ПЛОВДИВ  
**ZOOM!**

Професионална избелваща система.

Подарете си самочувствие  
и оставете незабравимо  
впечатление у другите всеки  
път, когато се усмихнете,  
защото го дължите  
на себе си!

**Нуждаете ли се от ZOOM!?**

Избелващата ZOOM! система е безопасна, ефикасна и с много бързо действие. За не повече от един час, зъбите Ви ще станат значително по-бели. Избелващата ZOOM! система, пригодена за стоматологичен стол, е идеална за всеки, който желае бърз резултат. Удобството на ZOOM! в сравнение с използването на други методи продължаващи дни наред, е че тя е перфектният избор за всички заети хора.

**Бъдете готови за ZOOM!**

ZOOM! In-office избелваща система, ще направи зъбите Ви изумително по-бели за по-малко от час. Процедурата е проста. Започва се с кратка подготовка-изолиране на меките тъкани - устни и венци, като открити остават само зъбите. Следва нанасяне на ZOOM! избелващ гел, който е създаден, за да бъде използван със специално проектираната лампа. ZOOM! Лампата и гелът си взаимодействат и премахват петната и нарушенията в естествения бял цвят. С тази надеждна грижа, в нашата клиника Вашата усмивка ще блести дълго.

**Бъдете в тон с ZOOM!**

Направете първата стъпка за да се почувствате добре, да изглеждате великолепно като оставяте незабравимо впечатление у другите всеки път, когато се усмихвате. Защото го дължите на себе си!

**Най-често задавани въпроси**

**Въпрос: Какво представлява ZOOM! избелване на зъби?**

**Отговор:** ZOOM! е професионална система за избелване на зъби, която премахва нарушенията в цвета.

**В: Какви са причините за нарушенията в цвета?**

**О:** Съществуват много причини. В общи линии те се състоят в консумирането на продукти, които причиняват петна, като кафе, чай, кола, цигари, червено вино и др. По време на израстването на зъба, употребата на определени антибиотици (тетрациклин) или прекомерното приемане на флуорид може също да бъде една от причините за нарушенията в цвета на зъба.

**В: Кой може да се възползва от избелването на зъби?**

**О:** Почти всеки. Все пак, лечението може да

не е така ефикасно за някои, както за други пациенти. Ние можем да определим дали вие сте подходящ кандидат за тази процедура, като ви бъде направен преглед, който включва определяне на нюанса.

**В: Много хора ли избелват своите зъби?**

**О:** Повече хора, отколкото можете да си представите. Ослепително искрящата усмивка може да внесе огромна промяна за всеки един. Избелващата ZOOM! система, пригодена за стоматологичен стол, прави това лесно и по-бързо, откогато и да било преди.

**В: Безопасно ли е избелването?**

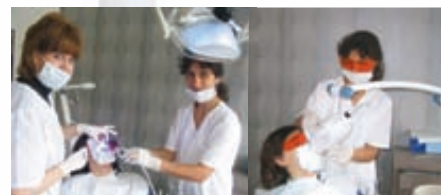
**О:** Да. Обширно проучване и клинични изследвания сочат, че избелването на зъби под наблюдението на специалист-зъболекар е безопасно. В действителност, много зъболекари определят избелването като най-безопасната козметична стоматологична процедура, която съществува. Както и с всички останали избелващи продукти, ZOOM! не се препоръчва на деца под 13 години и на бременни или кърмачки.

**В: Колко дълго може да запазим желаните резултати?**

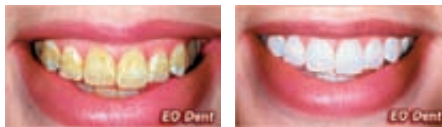
**О:** Като следвате няколко прости правила след избелването, зъбите Ви винаги ще бъдат по-бели от преди. За запазването на най-добрия външен вид на зъбите, ние Ви препоръчваме използването на зъбни конци, четкане два пъти дневно и от време на време използване на ZOOM! Weekender или Nite White гел. Съществуват продукти, приготвени по специална формула, които поддържат дълго Вашите зъби в пълния им блясък. Тези продукти можете да намерите при нас.

**В: Как действа системата ZOOM! In-office?**

**О:** ZOOM! лампата въздейства върху избелващия гел, който има за активна съставка хидроген-пероксид. ZOOM! лампата има за цел активирането на хидроген-пероксида. Едно от изследванията сочи, че използването на ZOOM! лампа повишава ефективността на



ZOOM! гела средно с 26 % и по-вече, или това е повишение с осем нюанса. Затова и резултатите в нашата клиника са изумителни!



**В: Какво е усещането у пациента по време на ZOOM! In-office процедурата?**

**О:** По време на процедурата, пациентите се чувстват комфортно слушат музика и просто релаксират.

**В: Как се контролира нивото на светлина от ZOOM! лампата?**

**О:** ZOOM! процедурата изисква използването на предпазни очила по време на процедурата. Пациенти, с изявена чувствителност към PUVA терапията (Psoralen + UV Radiation) или пациенти, подлагащи се на фотохимioterapia, пациенти страдащи от меланом, не трябва да се подлагат на ZOOM! In-office процедурата. Всеки друг, който не е подходящ за ZOOM! In-office избелване, поради горе посочените причини, може да бъде идеален кандидат за ZOOM! Take-Home в домашни условия.

**В: Колко време отнема процедурата ZOOM! в стоматологичен кабинет?**

**О:** Пълната процедура отнема по-малко от час. Процедурата започва с подготвителен период, последван с поне 45 мин. избелване. (Задължително е да се направи почистване на зъбен камък и полиране на зъбните тъкани преди самата избелваща процедура.)

**В: Има ли някакви странични ефекти?**

**О:** По време на избелването е възможно да се появи чувствителност у някои пациенти. Светлината на ZOOM! лампата генерира минимално количество затопляне, което обикновено е причината за дискомфорта. В редки случаи, се появяват незначителни усещания за изтръпналост непосредствено след процедурата, но те винаги изчезват.

**EO Dent**

info@eo-dent.com  
www.eo-dent.com





Акаг. Григор Велев

**А**каг. Велев, стигнахме до същността на Четвъртата национална кауза - Съединение на България...

- Това е върховен момент в борбата на българския народ, достигнат със собствени сили и средства за ревизия на несправедливия Берлински договор, съгласно който територията на страната ни е разкъсана. Създадена е автономна област Източна Румелия (Южна България), а Македония и Одринска Тракия остават в пределите на Османската империя.

**- От кого тръгва идеята за обединението на двете български държави?**

- На 14 април 1880 г. княз Александър I приема представителите на Постоянния комитет на Източна Румелия К. Величков и Д. Наумов и обсъжда въпроса за обединяване на Княжеството и Източна Румелия. Князът изказва надежда, че такова обединение е възможно. Той заявява на пратениците: "Ако излезем с един свършен факт, то никоя сила няма да вземе оръжие против нас, за да защити Турция". И препоръчва на пратениците да се срещнат с правителството и да обсъдят въпроса.

**- Кога се срещат източнорумелийски представители и княжеските депутати?**

- Три дни по-късно, на 17 април 1880 г., в София се провежда съвещание, в което участват Ст. Стамболов, Г. Живков, К. Стоилов, П. Станчев, Д. Молов, на което се подготвя програма за действие. Тя предвижда в Източна Румелия да се изгради Централен таен революционен комитет и да се създаде народно опълчение. Княжеството да отпусне средства, както и да координира процеса на съединяване. Княз Александър I и правителството одобряват програмата.

**- А какво става с поробената все още Македония?**

- През 1880 г. въпросът за съединяването на Македония с България доминира в общественото мислене на княжеството.

На 17 май 1880 г. в Сливен се провежда съвещание, на което е съставен Централен таен комитет. Идеята за освобождаването и присъединяването на Македония към

# Против Съединението са всички велики сили

● С акаг. Григор Велев разговаря Румен Леонидов

България предизвиква необходимостта да се създават "македонски комитети" в София, Варна и Русе. През януари 1885 г. по идея на Захари Стоянов се създава Пловдивски македонски комитет. През пролетта на 1885 г. капитан Коста Паница създава таен комитет в Русе, който започва работа за подготовка на въстание в Македония. Идеята е да се въоръжи чета, която да навлезе и вдигне въстание в Македония. За да се осигурят средства, се пристъпва към убийство и грабеж

Англия не отхвърля идеята, но съветва да не се извързва. На този етап тя се въздържа относно подкрепата си за съединение.

**- А Русия?**

- Русия е категорично против. Тя предприема мерки за осуетяване на евентуална акция в тази насока. Правителството на Драган Цанков в София също заема резервирана позиция. Така се стига до отказ от по-нататъшна работа за съединението. Тази дейност на комитета приключва в общи ли-

българският премиер отхвърля предложението за обединение на двете части на България.

**- Защо?**

- Поради отказ от страна на Русия да подкрепи идеята и особено поради това, че бъдещото обединение не включва Македония. Премиерът ни смята, че тази акция излага на голям риск бъдещето на Княжеството. За разлика от него Батенберг, макар отначало и неуверено, приема програмата на Пловдивския комитет за съединение на Княжеството с Източна Румелия. Нещо повече - през 1885 г. той установява пряка връзка с Пловдивския комитет посредством своя секретар Ал. Головин.

**- Защо Комитетът решава да се откаже от освобождението на Македония?**

- Македония отпадна на този етап от планираното обединение, защото по този начин идеята за съединението става по-лесно осъществима. А и няма да създаде допълнителни усложнения в отношенията със Сърбия и Гърция, които имат претенции към Македония.

**- Известно е, че преди да се осъществи съединението, князът провежда серия от дипломатически срещи. Разкажете по-подробно за тях.**

- Той посещава Лондон, Виена и Пилзен, но Англия, Австро-Унгария и Германия продължават да отстояват позицията за запазване на статуквото на Балканите. В Креземир руският министър на външните работи Николай Гирс отново му напомня позицията на Русия да не се извършва съединение. Княз Александър I обещава да не предприема никакви действия в тази посока.

**- Как се стига до прелом в позицията на княза, след като всички велики сили му отказват подкрепа?**

- На 29 август 1885 г. капитан Муткуров и членът на БТЦРК Димитър Ризов се срещат в Шумен с княз Александър I, който ръководи военните маневри на войската на Княжеството. Той заявява, че още не е готов да оглави това рискован дело, още повече че е обещал на Русия да не подкрепя тази идея.

Димитър Ризов го мотивира, че подкрепата на съединението от неговата страна може да укрепи престола му от чужди посезателства. Князът показва известно колебание,

оловено от съзаклятниците. Едва след това в Евксиноград, в следващия разговор на Ризов с княза, успява да го убеди и той заявява, че ще направи всичко възможно, за да се осъществи съединението... Но това става загърба на правителството и министър-председателят Петко Каравелов, който продължава да отхвърля плана за съединението.

**- Как се развиват по-нататъшните събития?**

- В края на май 1880 г. Александър I пристига в Петербург за погребението на императрицата. Тук той прави сондажи за евентуалната реакция на Русия при едно обединяване на Княжество България и Източна Румелия. Руският министър на външните работи Гирс отново го съветва да не се извързва. Нещо повече, ако това стане, Русия няма да подкрепи този акт. Направените дипломатически сондажи показват, че Берлин и Виена също са неблагоприятно настроени към тази идея. В Лондон и Париж също твърде хладно посрещат желанието на българите. Резултатите са обезкуражаващи. Неуспешни са и опитите за изграждане на организация, която да осъществи това начинание.

**- Как националната идея излиза от тази загърбена улица?**

- Нещата се обръщат през юни 1881 г., когато се сключва съюзът на "тримата императори". Наред с редица проблеми, които решават, в отделен пункт от споразумението трите империи се съгласяват да приемат евентуално съединяване на Княжество България с Източна Румелия, като по този начин смятат, че ще отклонят стремежа на обединена България към присъединяване на Македония.

**- С което точката на замръзването е преодоляна и усилията за осъществяване на съединението продължават...**

- Да, защото всички съзнават, че съединението ще представлява първият етап от борбата за реализиране на българската национална кауза за обединение на българския народ. Отначало родолюбиви българи обсъждат проект за общо въстание на народа, живеещ в откъснатите от България територии, с крайна цел тяхното обединение. Тази идея се оказва нереалистична поради неблагоприятна международна обстановка непосредствено след Берлинския конгрес. Но на следващите исторически събития ще се спрем в следващия разговор.



Членове на Българския таен централен революционен комитет

на парите и ценностите в касата на един румънски чокой. Парите и ценностите са пренесени в ковчега, с който се пренасят костите на Георги С. Раковски в Русе. Въоръжената чета е разбита още на границата в Македония и планът е осуетен.

**- Кога възниква Българският таен централен революционен комитет?**

- На 10 февруари 1885 г. под ръководството на Захари Стоянов Македонският комитет се преобразува в Български таен централен революционен комитет (БТЦРК). Това става в Пловдив. Комитетът си поставя за задача да работи за обединението на Княжество България, Източна Румелия и Македония. По думите на Симеон Радев в главата на Захари Стоянов са "омесени хайдушкият национализъм, съзаклятническата романтика, якобинството на френските революционери, утопичните руската нигилистична мисъл, Ботевата омраза към калугери и чорбаджии...". Основната цел е провеждане на "революция морална и с оръжие".

**- Това става със знанието на великите сили, или го правим на своя глава?**

- Комитетът изпраща в Лондон пратеник, който е натоварен и от княз Батенберг да разбере позицията и на Англия към евентуална акция за обединение на двете области.

нии към края на 1885 г.

**- Какви са следващите решения на Комитета?**

- Решава се съединението да се извърши чрез въстание, съчетано с военен преврат, който да бъде осъществен от източнорумелийската милиция с помощта на въоръжени чети от околните на Пловдив села. Комитетът започва активно да възстановява старата комитетска мрежа в Южна България, както и да пропагандира идеята за обединение на българския народ сред свои приятели и съратници. За тази цел се организират събрания и публични манифестации с лозунги за обединение и единство на българския народ. Комитетът развива активна дейност с желание да създава организации и да възобнови гимнастическите дружества, събират се средства, подготвят се чети, организират се събрания и митинги. Силно влияние върху мисленето и поведението на гражданите на Източна Румелия изиграват статиите на Захари Стоянов във в. "Борба".

**- Каква е позицията на княз Александър I, каква е неговата роля в тези събития?**

- Ще започна от малко по-далеч. Най-напред комитетът се обръща към княз Александър I и към министър-председателя Петко Каравелов за оказване на финансова помощ. Но



**Ако искате да научите повече подробности по темата, потърсете в книжарниците книгата „Българската национална кауза 1762-2012“**

**на акаг. Григор Велев**







Бойка ВЕЛИНОВА



# Световният ден на хранителната революция е посветен на децата

Милиони хора вече не готвят и се предверяват на полуфабрикатите и нездравословните, промишлено създадени готови храни. Затова нека по забавен и достъпен начин да помогнем на децата да живеят един по-пълноценен живот, като ги научим откъде идва храната, как да си я приготвят и как влияе тя на техния организъм. Инициативата е на шеф-готвача Джейми Оливър, който отгава не се задоволява само да ни показва рецепти чрез книгите и телевизионните си проекти. В последните години той е страстно посветен на каузата да научим по-растващите да готвят, защото е убеден, че това ще има голямо отражение върху здравето и добруването на следващите поколения. "Готвенето е едно

от най-важните и ценни умения, които хората трябва да усвоят и споделят. Когато веднъж го имаш, то е за цял живот", казва Джейми. И призовава правителствата, бизнеса, училищата и родителите да работят заедно за подобряване и превенция на сегашното положение.

## Защо да учим малките да готвят

- Днешните малчугани

са първото поколение, за което се очаква да живее по-кратко от родителите си поради лош хранителен режим и бездвижване.

- По света повече от 43 милиона деца до 5-годишна възраст имат свръхтегло или затлъстяване (по данни на СЗО от март 2013 г.), а до 2020 г. броят им ще нарасне до 60 милиона!

- Все по-малко хора могат да готвят, което силно влияе върху здравословното им хранене.

- Болестите, които се влияят от режима на хранене, като сърдечните инфаркти и мозъчните инсулти, са сред първите причинители на смърт.

- Диабет втори тип, който се смяташе за болест на възрастните, сега засяга и 8-годишни деца. Правилната диета и повишената физическа активност дават по-добри резултати при намаляването на риска от приема на лекарства.

- Децата със свръхте-



ло или затлъстяване е по-вероятно да останат такива и като възрастни, което рязко увеличава опасността от хронични заболявания и инвалидизация в по-късен етап на живота.

И у нас всеки родител, учител или просто загрижен за ниската хранителна и кулинарна грамотност на по-растващите може да се регистрира и да организира събитие на 16 май - Световния ден на хранителната революция, с едно или повече деца. Няма нужда да си смучете идеи от пръста - на [www.foodrevolutionday.com](http://www.foodrevolutionday.com) има ясни инструкции и чудесно разработени помощни материали. Тук ще видите лесни рецепти за децата и семейството, които могат да се приготвят с налични продукти. На бутона Fun for kids (Забавление за децата) ще намерите кратки, достъпни и прегледни уроци. Помогнете на малчуганите да получат основна информация за това какво има в храната им и как да четат и разбират етикетите, откъде идват продуктите, защо да предпочитат сезонните плодове и зеленчуци и как да пазаруват разумно и качествено.

В този ден и възрастните ще могат да се замислят какво пазаруват, дали готвят и как да подобрят положението. Важно е да имате малко желание и да сте убедени, че домашно сготвената храна не съдържа непознати добавки. Разкажете на детето си, че тя е питателна, възприема се по-пълноценно от организма и е лишена от вредните на-

ситени и трансмазнини, консерванти и излишни калории. Идеята е малките да проумеят, че любимите им snacks, чипсове и други бързи закуски често съдържат прекалено високи стойности на сол, мазнини, захар и химически съставки, а това води до ниско качество на живот и многобройни заболявания в бъдеще. Затова нека предложат свой, домашен вариант на малка закуска, в която обаче да знаят какво влагат. Отделете време и обиколете заедно сергите на пазара, опитайте нова подправка, отгледайте свой зеленчук. И дори поверете на малчуганите подготовката на едно ястие през седмицата - могат да ви изненадат със своята креативност.

През миналата година В Деня на хранителната революция се проведеха 1200 събития в 74 страни по целия свят, а регистрираните тазгодишни кандидати за кулинарно просветление само до началото на май са над 75 хиляди. По време на открития онлайн урок на 16 май Джейми Оливър се надява да счупи рекорда на Гинес с броя на участниците от цял свят. Какво се е случило край вас можете да отразите с публикуване на информация и снимки в социалните медии на събитието. Записалите се могат да ползват банери, листовки и стикери в различни форми, за да популяризират инициативата и да персонализират участието си в нея, да направят дарение и да се пробват в състезание.

## Невероятно, но факт!

Според проучване, проведено в Австралия, 20 на сто от децата вярват, че макаронените изделия са животински продукти, а 27 на сто са убедени, че киселото мляко се добива от растения. Във Великобритания един от десет гимназисти смята, че домати-те растат под земята, а един от пет счита панираните рибни филета за направени от пилешко.

## Paracetamol Escopharm

Парацетамол

## Добрият избор на парацетамол!

A50/07.03.2013

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



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

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



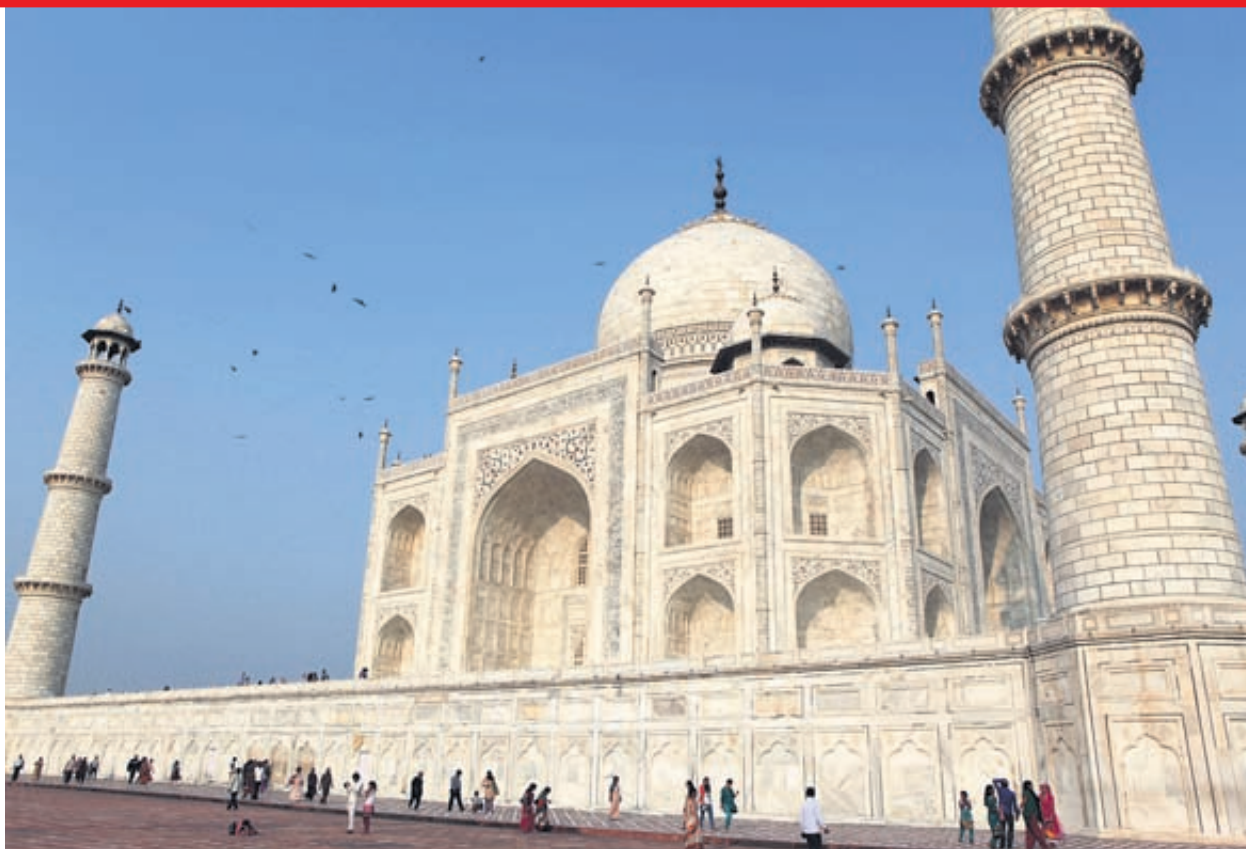


Когато споменаваме Индия, първата ни асоциация е с Тагж Махал - не само най-посещаваният исторически паметник в страната от списъка на Световното културно наследство на ЮНЕСКО, но и едно от новите Седем чудеса на света.

Тагж Махал се намира в Агра - исторически град в северния индийски щат Утар Прадеш, известен още като бивша столица на Моголската империя. Няма как да ми стане любимата дестинация заради неописуемата мръсотия и транспортната вакханалия, които са норма тук. Духа вятър, въздухът е наситен с червеникав прах, проникващ и през къриците на устата. Дробовите ни вече са поразени от (не)знайни бактерии и вируси и кашляме като магара. Подозирам, че загубата на вкус и мирис при мен е психосоматична: не мога да си представя, че може да се живее в такава клоака. Не, не е само от бедността: да се усмихваш сред тонове боклук трябва да ти идва отвътре.

С велорикша стигаме на стотина метра от високите стени и величествената порта, ограждаща световната забележителност Тагж Махал. Автобусите и колите спират на половин километър, за да не вредят с отработените газове. Минаваме пеша по търговска уличка със сувенири и заведения - вече сума време съм в Индия, но тук определено е най-сърпо.

За туристите се препоръчва един от трите, южният вход, където има ограждения с "бърза" лента: жест към баснословната по тукашните стандарти цена на входните билети за чужденци (750 рупии - почти 20 лева). По другите пътеки минават местните, които с удоволствие посещават прекрасните исторически обекти в пъти по-евтино (в случая - за около 50 стотинки на калпак). Жените минаваме през отделен ръкав, за да ни проверят обстойно: мерките за сигурност са въведени преди няколко години след атаките в Мумбай и за посещението на Барак Обама. Забранени за вкарване са всякакви остри предмети, за да не се повреждат инкрустациите по фризовете, както и храна, напитки, гъвки, кибрит. Мобилните телефони трябва да са изключени. Не се позволява снимането вътре в мавзолея и високото говорене. Към билета ни се полага бутилка минерална вода, калцун за навличане върху



## Свещеният дом на безсмъртната любов

обувките, цветна брошура и електромобил за трудно подвижните. Прекрасният паметник се посещава от три милиона души годишно. Работното време е от изгрев до залез слънце - през лятото отваря още в 6 сутринта. Затворен е в петък.

До Агра може да се стигне с влак (4 часа от Джайпур), по шосе или със самолет (летището е на 8,5 км от Тагжа). В града и околностите има още два обекта на ЮНЕСКО - крепостта на Агра и "Градът на победата" Фатехпур Сикри (на около 40 км).

### Земна проекция на райските градини

Впечатлението е поразяващо: влизаме през портата към перфектно поддържаните градини (Чарбагх) и възнесения сякаш върху облак Храм на вечната любов - Тагж Махал. Дървета, храсти, цветя и фонтани сред "канадската ливада" (само дето е забранена за пикник) правят този рай с отражението на мавзолея във водата неповторимо фотогеничен.

Градините са проекция на райските и произлизат от персийските. Те по презумпция са прелели от вода, мляко, мед и вино. Четирите секции на Чарбагх олицетворяват именно тези четири елемента. Водата е първостепенна и не им позволя-

ва никога да пресъхнат. Богатата им растителност е идеално поддържана, а британският хадж е дал своето отражение в изрядния им вид и досега. Хитроумното напояване е просто и гениално: налягането се осигурява от медни съдове, които под земята събират водата и след това я изтласкват. На такова място блестящите строителни и архитектурни идеи са неизбежни.

### Апотеоз на съпружеската вярност

Най-популярното предание е, че принц Кхурам се влюбил до уши в персийката Аджурман Бану Бегум още като се срещнали случайно на базара: тогава той бил на 15, а тя - едва 14-годишна. По съвет на астролозите се оженили 4 години по-късно, след което несравнимата красавица получила прозвището Мумтаз Махал (Дворцовата избраница, а също - Съкровището на двореца). През целия си съвместен живот двамата имали дълбока емоционална връзка, пропита с много любов и доверие. Според хроникьорите Мумтаз се радвала на близост, внимание и уважение като никоя друга жена от харема. Грижела се за бедните и отчаяните и имала модното за височайшите особи от онова време хоби - архитектура. Разказват ни, че тя

За 19 години Мумтаз Махал родила 14 деца, преживяла смъртта на седем от тях и погинула при раждането на последното. Това станало по време на военен поход в Бурханпур на платото Деккан. На смъртния си одър жената помолила владетеля да се заклъне, че няма да има други рожби и ще изгради в нейна чест паметник, нечуван и невиджан никъде по света. Съкрушеният шах побелял за една нощ и се оттегил от публичния живот за две години. А когато се появил отново, никой не могъл да го разпознае в сбръчания и презърбен мъж. Отказал се от всички земни радости, които напомняли за любимата му, и се мотивирал за живот, за да построи великолепен паметник на тяхната любов. Какво е чувствал и мислел Джахан, докато от прозорците на покоите си в крепостта виждал цели 35 години строежа и по-късно силуета на мавзолея на единствената си възлюбена? Според легендата владетелят имал намерение да построи на другия бряг на реката огледален аналог от черен мрамор за себе си и да свърже двата с мост, за да са заедно във вечността. Идеята така и не се осъществи. Днес в сърцето на Тагж Махал върху постамент са символните гробове на двамата влюбени, оградени от филигранни мраморни паравани. Истинските им саркофази са на долното ниво и обърнати към Мека. В съзвучие с ислямския обичай те са съвсем семпли, за разлика от пищните декорации горе.

проектирала своя собствена градина на мястото, където сега се намира Тагж Махал. Според други шахът дарил цял парцел на собственика на парцела, за да получи необходимия имот.

Двамата пътували заедно из цялата империя и принцът се съветвал с любимата по държавните дела, макар тя да нямала политически амбиции. За сметка на това му помагала много да се справя с дворцовите интриги. Когато поел от баща си трона, петият шах - Джахан, Повелителят на света, трябвало да търпи много критики, тъй като бил многоженец по реалност и религия, а моногамен по съдба и нямал отношения и ге-

ца с другите жени от харема си.

### Романтичен мистицизъм, изящество и симетрия

Архитектурният шедевър Тагж Махал, който в превод означава нещо като "Дворец-корона", е построен от мрамор и слонова кост между 1631 и 1648 г. Той е искрящо бял под слънчевите и сребрист под лунните лъчи, а по изгрев и залез е с топъл розов оттенък. Издигнат е на бреговете на Ямуна върху изкуствено направен насип. Същата река минава и през столицата Ню Делхи, а при Алахабад се влива в най-свещената

за индусите - Ганг. Проектиран е от елитни математици, инженери, строители и декоратори от Персия, Турция, Дамаск, Венеция и Бухара и е строен от над 20 хиляди души с помощта на 1000 слона. Според едни главен архитект бил персиецът Уста Иса, наследен от ученика си Уста Ахмед, а според други - италианецът Джеронимо Веронео, комуто дължим "европейското" излъчване на монумента.

От снимки ние разпознаваме само искрящо белия мраморен мавзолей със свършени пропорции и четири минарета (наклонени леко навън, за да не разрушат сградата при земетресение), но всъщност комплексът е върху почти три декара. Другите големи сгради са действащата джамия от червен пясъчник на запад и огледалното, но "фалшиво" нейно копие в източната част. То е направено за запазване на симетрията и служи за странноприемница. Във вътрешния двор има типичното за Индия и Пакистан водохранилище (посветено на пророка Мохамед и наречено Цистерната на изобилието), което захранва напоятелната система на градините и прекрасните водни огледала.

Тагж Махал съчетава персийски и индийски архитектурни черти и за мюзина е върхът на ислямското изкуство в Индия. Само куполът, оприличаван с глава лук, се извисява на 35 метра и завършва с бронзово острие с персийски и хинду орнаменти. Надписите отвън са изключително красиви, изпълнени от яспис и черен мрамор. Те са цитати или вдъхновени от Корана.

...Слагаме калцуните и изкачваме стълпалата към основната сграда, мавзолея. После ще се въртим отвън надясно, както го правят хилядите поклонници тук. Влизаме, посрещнати от въоръжената охрана, и попадаме сред полумрак и мистично мълчание.

Тъй като ислямският канон не допуска рисунки на хора в религиозните сгради, търпеливите артисти възраждали по уникален начин цветята от скъпоценни и полускъпоценни камъни в стените и по купола на Тагжа, които били по-късно плячкосани от нападатели. Това били изумруди, лазурит от Шри Ланка, нефрит от Китай, аметицит от Иран и корнелон от Индия. Някои твърдят, че поради разположението си върху насипен хълм върховното архитектурно творение потъва всяка година с по няколко сантиметра. Каквото и да е, е спомен за цял живот.

Текст и снимки  
Бойка ВЕЛИНОВА  
www.bonboniera.bg



ПРАЗНИКЪТ НА БЪЛГАРСКАТА АРМИЯ И ЖИВОТНО-ВЪДИТЕ

ОСНОВЕН ПОИХОАНА-ЛИТИЧЕН ТЕРМИН АВТОМОБИЛ НА ПРУЖИНА

ГРАЖДАНИН НА ЕДНА ДЪРЖАВА

СТИХОТВО-РЕНИЕ ЗА ВЪЗХВАЛА

ГЕРОЙ НА Б. БОЛГАР "СИН СРЕЩУ БАЩА" "МИЕЩА" МЕЧКА

ГРУПА ЕДНОРОДНИ ЖИВОТНИ

ХИМИЧЕСКИ ЕЛЕМЕНТ ЗАДУШЛИВ ГАЗ

МАРКА СТА-РИ ЧЕШКИ МОТОЦИК-ЛЕТИ

МАРКА СКИ

СЕЛО В КА-ЗАНЪШКО НАШ АРТИСТ "СТЪКЛЕН ДОМ"

ГЕРОЙ ОТ ФИЛМА "МА-ТРИЦАТА" ЕСТОНСКИ ПЕВЕЦ, БАС 1920 - 1975

ИМЕНАТА НА НАША ПОППЕВИЦА ГРАД ВЪВ ВЕЛИКО-ТЪРНОВСКО

ПОДАРЪК КОЛУМБИЙС-КО ПРИСТА-НИЩЕ НА КА-РИБСКО МОРЕ

ГЕРОЙ НА С. КОМАДУ-ТО-ТЪВАНЕТО НА ЯПОНИЯ" БИВШЕ НА-ШЕ ТВ ШОУ

МАРКА СТА-РИ ЧЕШКИ МОТОЦИК-ЛЕТИ

СЛОВЕНСКА СПРИНТЬОР-КА ОТ ЯМАЙКА

ГЕРОИНА ОТ "ТРАВИАТА"

МОСКОВСКИ ЦИГАНСКИ ТЕАТЪР

БОЙНА ПУШКА

ПСЕВДОНИМ НА ДОРА ТАБЕ

НАШ ХУДОЖ-НИК И ПОЕТ 1876 - 1912

ГРАД В ЙОРДАНИЯ ТРОПИЧЕС-КО ДЪРВО С ЦЕННА ДЪР-ВЕСИНА

СОРТ КАФЕ

ФРЕНСКА КИ-НОКОМЕДИЯ, РЕЖ. АДЪО ЛА ПАТЕЛИЕР

ЕДЪР ТРЕ-ВОПАСЕН БОЗАЙНИК

РЕКА В ЮГОИСТОЧ-НА АЗИЯ

НАШ ФИЛМ НА ЛЪШАР-ЛАНДЖИЕВ

МОДЕЛ НА "ФОРД"

МАРКА ЯПОНСКИ АВ-ТОМОБИЛИ

СЕДАЛИЩА НА ФИРМЕНИ УПРАВИ

ВИСОКОВУЛ-КАНИЗИРАН КАЧУК

БИВША БЕЛГИЙСКА ТЕНИСИСТКА ОПРЕДЕЛЕНА ПЛОЩПАР-ЦЕЛ (МН.Ч.)

БИБЛЕЙСКИ СИН НА ЮДА

ПСЕВДОНИМ НА ЗАХАРИ СТОЯНОВ

МУЗИКАЛНА НОТА

ГЕРОИНА НА Д. ТАЛЕВ "ЖЕЛЕЗНИЯТ СВЕТИЛНИК"

СТИХОТВО-РЕНИЕ ОТ ИВАН ВАЗОВ

ГРЪЦКИ ВЕСТНИК

НАШ ФИЛМ, РЕЖ. К. БОЖАНОВ

РУСКИ ПОЕТ 1895 - 1925

ИЗРАЕЛСКИ-ЯТ ПАРЛА-МЕНТ

ВРЪХНА МЪ-ЖКА ДРЕХА

ГРАД В ШВЕЙЦАРИЯ

ОСНОВЕН ОБРАЗ В РЕЛИГИЯТА

ЧАСТ ОТ ИГРА НА ТЕНИС

МЪЖКО РАЗПЛОДНО ГОВЕДО

ЦЪРКОВНО ПРАВИЛО

КВАДРАТНА ШАРКА

ТЕРМИН ОТ ТОПОГРА-ФИЯТА

НЕТРАЙНО ГОСПОДСТВО НА ВКУСОВЕ

НАСЕЛЕНО МЯСТО

ГРАД ВЪВ ФРАНЦИЯ

ПРЕПАРАТ ЗА МИЕНЕ НА СЪДОВЕ

МАРКА АВТОМАСЛА

ГЕРОЙ НА Д. ТАЛЕВ "ЧУДЕН ЧОВЕК"

БАЛЕТ ОТ С. БАХУДАРЯН

ЖЕНСКА ДРЕХА ОТ РА-ДОМИРСКО

РАЗТВОРИ-ТЕЛ НА КАЧУКА

НАША ПАСТА ЗА ЧИСТЕНЕ НА ПЕТНА

ПОТОК ПАДА-ЩИ ЗВЕЗДИ В СЪЗВЕЗ-ДИЕ ЛЪВ

ОТРИЦАНИЕ

КУРШУМ ( ОСТАР)

ВЕЗБА ВЪР-ХУ РИЗА

НАШ КОСМИ-ЧЕСКИ УРЕД

ИТАЛИАНС-КА АКТРИСА "ОТДАДЕ-НОСТ"


СТИХОТВО-РЕНИЕ ОТ ИВАН ВАЗОВ

НАША РОКПЕВИЦА

МАРКА КОЛБАСИ

НАША РОКПЕВИЦА

За допълнителна памет -  
Memostore



РЕЧНИК: АНИНА, АНОН, ВОТАН, МАМОНАЛ, МЕКОН, НАРИНЕ, ОНОДЕРА, РОЗЕНТАЛ.

МИХАИЛ МИЦЕВ

Отговори на кръстословицата от бр. 17:

**ВОДОРАВНО:** Кекс. Ресор. "Сатирикон". "Кралицата дева". Ан (Виктор). Ке (Шарл). Оси. Ит. "Ридо". Атанасов (Атанас). Озон. Мат. Мотив. Ри. Афалина. "Авелино". Онега. Рино. Има. Анев (Красимир). Рен. Иванов (Георги). Сом. Ли (Джет). "БТР". "Рале". Пот. Ида. "Ел". Ол. Равнина. Корен. ОН. Декада. Абанос. Вест. "За тебе хората говорят". Чад. Регенератор. Немо ("Капитан Немо"). Мас. "Тоника". Анабазин.

**ОТВЕСНО:** Дексофен. Орезам. Криза. Естакада. Оса. Олово. Ват. Линин. Миндер. Крит. Нер. Диабет. Ец. Магелан (Фернандо). Его. КСАРА. "Ани". Аахен. Отит. Бони. Арад. "Марек". Дом. Нара. Есе. Кота. "Аватар". "Осата". Стативи. Тор. Гон. "Авенир". Евора (Сезария). Кран. Лов. Енев (Тодор). Инари. Арл. Сона. Ок. Синина. Отрез. Око. Омолон. Ями. Янева (Ева). Авел. Стон.

ЛЕСНО

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

СРЕДНО

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

ТРУДНО

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

**ЖИВОТЪТ** ДНЕС

Главен редактор  
Петър Галеб

Отговорен редактор  
Светлана Любенова  
s.foteva@health.bg

Редактори  
Галина Спасова  
Румен Леонидов  
Илияна Ангелова  
Лиляна Филипова

Репортери  
Вероника Христова  
Татяна Вълкова  
Георги Георгиев  
Мирослава Кирилова  
Кристина Пешина

Наблюдател  
Акад. Григор Велев

Графична концепция  
РЕМЕ-син

Прегнечат:  
Веселка Александрова,  
Росица Иванова

Коректор  
Татяна Джунцова

ISSN 1314-6092

Издава Хелт ЕООД

Адрес на редакцията:  
София 1574,  
бул. „Шипченски проход“ 65  
тел. 02/43 97 300

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

Печат: Алианс  
Медиапринт АД,  
Адрес: София, ж.к. „Дружба 1“,  
ул. „Илия Бешков“ №3

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

Безплатен абонамент за електронното ни издание  
в PDF формат на: info@health.bg



В сряда (14 май) погледите на футболните фенове на Стария континент ще бъдат насочени към Торино, където един срещу друг застават Севиля и Бенфика в битка за трофея в Лига Европа. Два отбора, които в началото на надпреварата миналото лято едва ли някой е слагал в сметките. Испанският тим вече има два трофея - през 2006 и 2007, когато турнирът се наричаше Купа на УЕФА. Португалският гранд обаче никога не е печелил втория по сила европейски клубен турнир.

По ирония на съдбата предишната среща на двата тима бе през далечната 1957 г. Тогава в предварителния кръг на турнира за Купата на европейските шампиони дебютантът Севиля печели първия мач с 3:1. Реваншът завършва без голове, а интересното, е че се е играл през гения, тъй като осветлението на "Естадио де Луш" е направено девет месеца по-късно. В интерес на истината испанският тим вкарва гол, който е отменен, но въпреки това отборът продължава напред, където отпада едва на четвъртфиналите от бъдещия шампион Реал (Мадрид).

Точно девет месеца минаха от момента, в който Севиля започна похода си към Торино. Избраниците

## БЕНФИКА И СЕВИЛЯ СИ ОСПОРВАТ ТРОФЕЯ В ЛИГА ЕВРОПА



на 42-годишния Унай Емери стартираха надпреварата от третия квалификационен кръг, където разгромиха полския Шльонск с общ резултат 9:0. До момента отборът изигра 18 мача, като в тях загуби само три пъти. Груповата фаза в компанията на Слован, Фрайбург и Ещорил бе преминала без поражение. В 1/16-финалите съперник бе словенският Марибор, а в следващия етап съседите

от Бетис. Именно в това местно евродерби Севиля претърпя първата си загуба, а в реванша измъкна крайната победа след изпълнения на дузпи. В четвъртфинала ефектно бе преодолян Порто, а в полуфинала предстоеше второ испанско дерби. В реванша Севиля губеше с общ резултат 2:3, но в допълнителното време успя да вкара и благодарение на гола на чужд терен очаква сблъсък с Бенфика. Най-сериозна заплаха за съперникова врата са голмайсторът Карлос Бака и Кевин Гамейро.

Бенфика за втори пореден път е на финал в турнира, след като преди 12 месеца загуби от Челси с 1:2. Отборът остана на трето място в груповата

фаза на Шампионската лига и се включи в Лига Европа от 1/16-финалите. В мачовете до Торино тимът не загуби нито веднъж. Последователно бяха преодолени ПАОК (общ резултат 4:0), Тотнъм (5:3), АЗ Алкмаар (3:0) и Ювентус (2:1). След успеха над италианския гранд треньорът Жорж Жезус заяви: "За пет години ние играем два финала на Лига Европа и един полуфинал - това е постижение, което никой не може да ни отнеме". Интересното е, че топреализаторът на отбора в Лига Европа Лима (4 попадения) само два пъти в осемте мача е бил титуляр, а три от головете е вкарал, като е влизал резерва.

## Португалия вече е на четвърто място в ранглистата на УЕФА

Благодарение успеха на Бенфика над Ювентус Португалия изпревари Италия в таблицата за коефициентите на УЕФА, която определя отборите, участващи в евротурнирите от всяка една страна. Разместването обаче няма да повлияе върху бройката на тимове от двете страни, които есенна ще се борят за трофеите в Шампионската лига и Лига Европа, като ще имат по три клуба в турнирите.

На първо място със сумарен коефициент от последните пет сезона е Испания - 79.356, като той ще бъде подобрен със сигурност,

тъй като в Шампионската лига на финала са мадриските Атлетико и Реал. Далеч назад са Англия (66.820) и Германия (63.558). Португалия има 52.133, а Италия - 51.510. Франция е на шесто място - 41.500, а Русия - сегмо с 40.832.

След успешното представяне на Лудогорец България е на 18-о място само за този сезон с 22.500 или средно на участник 5.625. Зад нас са държави като Хърватия, Шотландия, Дания, Норвегия, Швеция, Полша, Сърбия и други.

Страницата подготви  
Тодор ИВАНОВ

Очаквайте в следващия брой любопитни факти преди историческия финал на Шампионската лига

**BGfootball.com**  
**ФУТБОЛНАТА МЕДИЯ на България**

BGfootball.com

**Презареди с Амбинор!**

# Ambinor

Аргинин аспартат, Магнезий, Витамин B6

За повече енергия и жизнен тонус при:

- умора и стрес
- умствено натоварване
- физическо натоварване
- спорт
- след боледуване

**ECOPHARM**  
www.ecopharm.bg



Емилиян ОНУФРИЕВ

Осминафиналът в Лига Европа на Лудогорец не е най-големият успех на български тим в последните 25 години. Да, може би е най-ефектният, но не и най-големият. Преди него Левски бяха кръг по-напред в същия турнир, после бяха и в Шампионската лига. А помните ли онзи "Велик четвъртък", когато три български тима (Левски, ЦСКА и Литекс) заедно прескочиха в групите на втория по сила турнир. И преди това елиминирахме италианци, казвахме "ауфдерзейн" и на германци. Изобщо имали сме много причини да се надяваме че... българският футбол тръгва напред.

Уви, останахме си с голите надежди. Проблемите и грамите са много и би било проява на нечувано самохвалство, ако взема да ги анализирам тук и сега. Нищо обаче не пречи да хвърлим поглед върху някои дребни детайли, които по традиция пренебрезваме.

# ГОЛЕМИТЕ НАДЕЖДЫ И... ПЛАЧЪТ В СЪБЛЕКАЛНИЯТА

Признавам, темата го-някъде ми я даде Сър Алекс Фъргюсън, чиято автобиография в момента чета. Е, ако още не знаете защо Манчестър Юнайтед е най-скъпият футболен отбор - прежалете три кутии цигари например, за да разберете.

Дотук добре. Чудя се обаче откъде да започна.

Хайде от върха. Знаете ли колко време ще отнеме на един поносимо запален футболен фен да разбере името на президента на клуба, който вече гва пъти споменах дотук? Да, няколко секунди в търсачките или ще се сети сам, но във всички случаи ще се замисли. А сега я кажете кои са първите хора на Славия, Левски, ЦСКА или Лудогорец. Моментално. Дистанцията за тях няма значение. Те управляват клубове, които лъкатушат дори в България, но винаги са готови да кажат рецептата за успех пред микрофоните и диктофончетата след мача.

После идва ред на треньорите. "Никога не съм коментирал съдийството, но..." Това определено не

може да бъде казано от Хенро, за когото пък единствено съдиите са виновни в определени мачове. Друг нещо киселее от терена, трети се оплаква, че горките му играчи "на Монтана, да речем" нямали самочувствие. Поражението никога не идва защото си по-слаб, а след "индивидуални грешки", защото "едно говорим и тренираме през седмицата", а "друго става на мача". Винаги решението в ущърб на тима им "се вижда от Космоса", а когато е в твоя полза, "ще го видя на повторението, бях далеч".

У нас никога не знаеш със сигурност и кои са треньори на отборите в елита. Половината нямат лиценз и вместо тях други са вписани официално. Имаме и уникален случай. Специалист, който да ходи само на мачовете, за да седи на скамейката.

Споменахме и съдиите. То не че са направили пътека до Европа, но дори и в малкото случаи, когато водят мач навън, да сте чули за недоволство от страна на клубове, сканда-

ли? Тук рядко коментират в медиите, но пък си позволяват да изнасят надгъващи речи пред играчите, без да се притесняват, че правят заключения и квалифицират. Заключение за тях - способни са, но винаги ги хващаме в кондича.

За феновете какво да кажем? Буйни има навсякъде. Но такива, които си мислят, че, защото дават по 3 лв. за билет по гва пъти седмично, могат да дават мениджърски наставления на човек, осигуряващ 1,5-2 млн. лв. за сезона, едва ли са много. В съзнанието ми нахлува отново Манчестър Юнайтед и фенското недоволство от новите собственици. Ах, какво недоволство беше това! Запалянковците се окичиха с жълто-зелени шалове, но продължиха да си плащат тлъстите суми за билети. Най-крайните пък... си направили нов клуб.

Или пък други, които не се притесняват да свалят фланелки от гърбовете на треньорите. Да, екипът на 100-годишен клуб с толкова много успехи и привърженици е ценен, но пък е крайно време да се разбере, че в този свят оцеляват професионалистите.

"Любими" обаче са ми онези, които се катерят с мръсните обувки по седалките. Отвратителен начин да покажеш колко много обичаш клуба си. Затова още се чудя на тези германци с Новия стадион.

От какъв зор ще се мъчат да гледат това "представление"?

Играчите у нас също са странни птици, трудно оцеляващи в цивилизацията. ОК, сигурно и на друго място в света можеш да не "теглиш" засада и заради това да уволнят треньора, който те мъчи зверски с тичане на тренировка, но тук се прави доста често. Пак в мемоарите си, Сърът казва как се е разправил с подобни типове, които искали да бъдат по-големи от него и от клуба. С трансфер или освобождаване. И няма никакво значение, че гдва от тях се казват Дейвид Бекъм и Рой Кийн. Точка!

У нас играчите са толкова големи професионалисти, че винаги "гледат напред". От време на време се случва да "плачат в съблекалнята", защото най-често съдията "се погизрал с труда им". В повечето случаи обаче играят "мач за мач". Уникална негдомислица, на която в среден европейски шампионат ще се чудят да се смеят или да плачат, като я чуят.

Същият този наш футбол доскоро се управляваше от организация със съмнителна легитимност. Това слава богу беше изчистено, но кога ще се изчистят граматическите недоразумения в официалните прессъобщения на същата?

Къде в гържата със самочувствието да е част от

престижна компания на цивилизовани и напреднали страни да намериш съставите на гвата отбора в мач от поредния кръг на елитната А група е истинско приключение? Отбелязвам го, защото BGfootball.com е една от малкото медии в България, която обръща внимание на тези неща и все пак успява в кооперация с наистина сериозни статистики да поддържа високо ниво.

Само у нас номер на играч може да бъде скалъпен с левкопласт и играчи да надяват всеки мач тази фланелка, която е свободна.

Удобствата на стадионите са вероятно отделна тема. Мъчно ми е дори да си представя как Левски и ЦСКА ще си направят хубави арени и на първото дерби ще има запалени седалки. Не е добра и гдузата крайност - в стремежа да си опазиш стадиона да затваряш хора на места, които са отречени от защитниците на правата на животните още миналия век. За намазаните с грес решетки е излишен по-специален коментар.

Знаете ли обаче кое ще ме накара да повярвам в светлото бъдеще? Един шпалер и ръкопляскания на Герена от страна на играчите на Левски в чест на новия шампион Лудогорец. Последният такъв беше заради Литекс от страна на играчите на Калиакра.

BGfootball.com



## Варна и София загряват за „Спортувай с Иззи Кредит в твоя град“

След Плевен, Русе, Пловдив, Благоевград, Кюстендил и Бургас Второто годишно издание на националната програма "Спортувай с Иззи Кредит в твоя град" продължава с турнири във Варна и София. Двата града ще излъчат най-добрите си спортисти в леката атлетика, колоезденето и баскетбола - 3 на 3. Спортният празник във Варна ще е в Морската градина на 17 май, а в София - в Борисовата градина на 24 май.

Всеки може да участва безплатно в състезанията по лека атлетика, колоездене и баскетбол, като се запише на място до 9:30 ч., както и на [www.easycredit.bg/sport](http://www.easycredit.bg/sport). Стоици любители на спорта за здраве и удоволствие вече са заявили участието си, информират организаторите.

Победителите в трите спорта в гвата града ще си разпределят награден фонд от 6000 лв. под формата на парични и предметни награди. Най-добрите в леката атлетика и колоезденето на възраст над 18 г., както и баскетболните отбори шампиони над 18 г. ще участват на националните фи-

нали на 14-15 юни в курорта "Албена".

Турнирите от "Спортувай с Иззи Кредит в твоя град" преминават при отлична организация и огромен обществен интерес. В шестте регионални издания досега се включиха близо 4000 спортисти. Специално внимание във всеки град се отделя на децата, за които професионални аниматори организират интересни игри с много награди.

"Спортувай с Иззи Кредит в твоя град" се организира от финансовата институция Иззи Кредит с подкрепата на Асоциация "Спорт в свободното време" и общините на градовете домакини. Кампанията има за цел да популяризира и стимулира спорта за здраве и удоволствие и грижата за доброто физическо състояние.

В тазгодишното издание на "Спортувай с Иззи Кредит в твоя град" градовете домакини са осем - с един повече от миналата година, а участниците се борят за общ награден фонд от 27 000 лв. под формата на парични и предметни награди.

## СПОРТУВАЙ С ИЗЗИ КРЕДИТ В ТВОЯ ГРАД

Ако обичаш спорта, ако си фен на леката атлетика, колоезденето и баскетбола или просто искаш да се забавляваш с приятели, Включи се и ти, напълно безплатно в твоя град!

**КОЛОЕЗДЕНЕ // ЛЕКА АТЛЕТИКА // БАСКЕТБОЛ**

**ВАРНА - МОРСКА ГРАДИНА | 17 МАЙ 2014 | 10:00**

**ЗАПИШИ СЕ СЕГА** на [www.easycredit.bg/sport](http://www.easycredit.bg/sport) или на място В деня на събитието от 8:30 до 9:30 часа.

**EasyCredit**  
Без допълнително таксуване  
**0700 18 100**