

ФИНАНСИ



Световната
банкова система
е в сериозна
трансформация

Анализ на доц. Емил Хърсев на стр. 5

ПРИЗВАНИЕ



Представяме ви:
доц. Андрея Андреев,
водещ съдов хирург

На стр. 19

Actavis

Първият национален безплатен седмичник

Брой 5 (132), 10 - 16 февруари 2015 г. (год. III)

ЖИВОТЪТ ДНЕС

www.jivotatdnes.bg

Снимка: Милена ДИМИТРОВ



Таня Михайлова, директор
на Дипломатическия институт
към МВНР:

**Председателството
на ЕС все още е шанс
за България**

Интервю на Галина СПАСОВА на стр. 7

Комплексни
усилия могат
да спрат
бягствата на
осъдени лица

На стр. 4

Обществото
се манипулира
грубо чрез слу-
хове за военна
мобилизация

На стр. 9

Има начин да
се разбере кои
са лъжливите
университети
в чужбина

На стр. 11

Придобиване-
то на имот
чрез дарение
не
освобождава
от данъци

На стр. 16



Санитарното на блоковете не
е просто облицоване
с изолация

На стр. 10



На стр. 20-21



Българите
в чужбина
осигуряват
около 4 на сто
от БВП на
страната ни

На стр. 6



Хранителна добавка
Lipomax
Алфалипоева киселина

60 капсули x 300 мг

Подобрява състоянието и профилактира
увредите при диабетна полиневропатия

ECOPHARM

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

Вече
в аптеките

Годишният бал на БФБЛ набра рекордните 36 000 лв. за благотворителност



Водещият Игор Марковски и Зоя Паунова, заместник-председател на Форума

Снимка Галя Йотова

Седмият Годишен бал на Българския форум на бизнес лидерите (БФБЛ) набра 36 000 лв. в полза на превенцията на рака на гърдата и деинституционализацията на децата. Над 120 гости присъ-

стваха на събитието, а приходите от благотворителната вечер ще подкрепят мащабна пилотна програма на Столична община за скрининг за рак на гърдата и проект на фондация "За Нашите Децата", който це-

ли да изведе и последните деца от дома за изоставени деца "Света София".

Зоя Паунова, заместник-председател на БФБЛ, призова присъстващите - членове, приятели и съмишленици на Форума, да станат съпричастни за поредна година на стойностни каузи: "За 16 години заедно изградихме значима и вдъхновяваща бизнес организация, чувствителна към проблемите на обществото. Вярвам, че ангажираността ни тази вечер има силата да спасява живот". Официални гости бяха Даниела Везиева, заместник-министър на икономика-

та, и Дончо Барбалов, заместник-кмет на София.

Безспорният хит на търга бяха екип и марафонки на тенис звездата Григор Димитров от турнирите в Бризбейн и Акапулко през 2014 г. Оживено бе и наддаването за картина от колекцията на президента Росен Плевнелиев, работи на майсторите Пенчо Балкански и Марин Георгиев Устагенов, фототипно издание на "История славянобългарска", ваучер за тиймбилдинг в "Болдърленд", билет за "Гран при" на Формула 1 в Будапеща, автограф на Кристиано Роналдо, велосипед и още десетки атрактивни предмети. Водещи на вечерта бяха Игор Марковски от аукционна къща "Аполон и Меркурий" и Милица Гладнишка.

15 язовира без собственици, поемат ги областните управители

В началото на месец декември миналата година общо 268 язовира бяха описани като водоеми, които нямат собственици. Сега само 15 от тях са без установена собственост, затова контролът върху тях ще бъде поет от областните управители.

Това информира министърът на околната среда и водите Ивелина Василева по време на правителствено заседание.

Държавната аген-

ция по метрологичен и технически надзор пък става единен контролен орган, който да следи за състоянието на всички хидротехнически съоръжения на територията на страната. Промени в Закона за водите ще изяснят отговорността на собствениците и операторите на язовирите.

Според Ивелина Василева по време на наводненията не е имало сигнали за проблеми с техническото състояние на язовирите.



"Девня Цимент" АД стана инвеститор на 2014 г.

Инвеститорът на 2014 г. бе обявен от президента Росен Плевнелиев на тържествена церемония по връчване на наградите "Инвеститор на годината". Престижната награда отиде при "Девня цимент" АД. Наградата получи Серж Шмит - изпълнителен директор на Италчементи груп България и Гърция - първокласен инвеститор, чийто производствен капацитет от близо 68 млн. тона цимент годишно го прави петия по големина производител на цимент в света и първия в Средиземноморския регион. Той е и сред номинираните за "Личност в Новините" за 2014 г. в категория "Бизнес".

"Няма нищо случайно в това, че на тази церемония присъстват толкова много министри, политици, народни представители и посланици на различни държави у нас - каза президентът. - Не е случайно, защото политиките в

България си дават сметка кой плаща данъци, кой създава работни места и перспектива за държавата ни. Това са инвеститорите и предприемачите у нас", посочи Росен Плевнелиев.

Наградите на Българската агенция за инвестиции (БАИ) се раздават за 9-и пореден път. Тази година в конкурса участваха повече от 80 инвестиционни проекта. Бяха раздадени награди в 9 категории и три почетни грамоти за специален принос.

Наградите са статуетки "Златен бик", изработени от скулптора Сейфетин Шекеров, и кристални плакети на БАИ.

Носители на престижния приз на БАИ през годините са "АББ България", "Луфтханза Техник София", "Хюлет Пакард България", "Тракия Глас България", "Агрополихим", "Солвей Содиди", "Биовет", "Либхер Хаусгерете Марица" и други.

СОЦИАЛНА МРЕЖА ЗА ЗДРАВЕ







Информация за нови лечебни методи,
услуги и медицински центрове

◆

Лекари, стоматолози и фармацевти
отговарят на Вашите въпроси

◆

Възможност да намерите точния лекар
или зъболекар

ТВОЯТ ЛЕКАР Е ТУК!

www.credoweb.bg

В епицентъра на медуите

Поредните бедствия - природни и мародерски

Страхът от крадците е по-голям, отколкото от водата. А комбинацията от двете вече е ужас. За наводненията се говори като за бедствие. Институциите се мобилизират, министри лично посещават засегнатите райони, чертаят се мерки за справяне със ситуацията, свикват се кризисни щабове и дори съвети за национална сигурност.

Истината е, че щетите за електората, причинени му от битовата престъпност, са по-големи от наводненията. Много си приличат циганинът, влязъл да краде, и водата, нахлула в двора и дома на обитателя. По това, че няма кой да ги спре.

Всяка нощ стотици пенсионери в забравени от Бога и институциите села стават жертва на престъпници.

Кирил Борисов,
"24 часа"

У нас запасите и резервите са място за мистична корупция, а не за осигуряване на защита и сигурност, структурите на "Гражданска защита" са разбити и са под шапката на МВР с прекъснати връзки с доброволците, а в "Напоителни системи" хронично няма редовни заплати. Единственото положително развитие е, че вече имаме една идея по-добре организирани евакуации. Но после? Страхове от непочистените корита, липсата на залесяване, проблемите със собствеността и отговорността на язовирите, липса на адекватна подкрепа от инсти-

туциите, лошото планиране на пътната мрежа - всичко това остава. А и гражданите се поизмори да доброволстват и да даряват. Тяхната повторна мащабна мобилизация може да се случи или при наистина - не дай боже - много сериозен проблем, или ако видят, че имат държава, която работи в полза на гражданите си. Всъщност евакуацията на държавността у нас си остава най-голямото бедствие.

Деница Сачева,
"Труд"

Тези дни много българи отново се изправиха пред изпитанията на съдбата и преживяха ужаса от миналата година. Опустошителните наводнения отново накараха десетки да прекарат няколко дни и нощи в страх, видяха какво е домовете им да бъдат разрушени от природните стихии. Урагани отнесоха покриви, а пороите наводниха къщи в няколко района в страната. И тогава за пореден път се питахме защо ни се случва това. Като че ли този път обаче успяхме да се мобилизираме по-вече, бяха евакуирани няколко села. За разлика от преди няколко месеца, когато хората сами се излагаха на опасност и рискуваха живота си. Беше мобилизирана и високопроходима военна техника. Така че може би е време наистина да покажем, че можем да се справяме с инфарктни ситуации. Както се казва, не питай старило, а пати-

ло. Неволята учи.

Редакционен коментар,
"Монитор"

Наводненията вече станаха бич за страната, всекидневие. От всеки паднал дъжд - потоп. Като че никога не е валило в България преди. Армията, моля ви се, мобилизираме да спасява селищата. И кой е виновен? Климатичните промени, разбира се. Екоминистър Ивелина Василева направо ни го каза: Свиквайте с бедствията. Щяло да ги има и занапред, че и по-зли щели да стават. Ей на, хора се дават, ама занапред ще ги евакуираме...

И ни дума за това, че изсякохме гешефтарски горите, та водите текат от всяко планинско поточе като от Ниагара; че разрушихме държавната система за строеж, поддържане, почистване и контрол на водоемите; че "децентрализирахме" язовирите, та сега на близо 300 от тях дори собствеността не се знае чия е (по данни от миналата година).

Велиана Христова,
"Дума"

Ще ни сполетят страшни наводнения, те едва сега започват. Тази година ще бъдем удавени, буквално, а догодина ще бъде още по-лошо, предупреждавам отдавна. Причината е много проста - тотално изсечените гори в и около басейните на реките и по планините. Тази вода, която ни залива, е водата, която не може да попие в зе-

мята, тъй като горите са изсечени. Ще става все по-страшно, ако тази криминална банда, която унищожава България, не бъде спряна. Защото скоро положението ще стане неудържимо.

Докато водите ни заливат, а хората се евакуират, една друга банда ходи и мародерства. Първо са бандите, които организират сечта на големите дървета и техния износ, по-нататък вървят малките цигански банди, които довършват това, което е останало. Тук става въпрос за тотална сеч.

Проф. Михаил Константинов, Фокус

Причините за наводненията са природни. Такива наводнения са се случвали в историята. Това си личи по речните тераси докъде са били заливани и са отложени чакъл, пясък и баластра, така че това не е нищо ново и изненада. Проблемът е, че не навсякъде тесните корита могат да проведат тези води въпреки помощта, която им оказват язовирите. Необходимо е управление на язовирите.

Това управление се прави в редица напреднали държави като Швейцария и Франция, като се прогнозира ежедневно възможността да придойдат води въз основа на метеорологичните наблюдения и се създават модели, които дават резултати какво водно количество ще протече, ще дойде и какъв воден обем и тогава предварително може да бъде източна част от

язовира.

Язовирите трябва да бъдат отдадени на контрол и експлоатация на една организация, агенция или комитет, който да уеднакви своите изисквания и дейности, за да има достатъчно пари, за да се поддържат така, че да са изправни, да посрещнат пълноводното на реките.

Проф. д-р Димитър Тошев, БНР

В края на миналата година, по време на пороя в Бургаско, пъргави крадци обраха евакуирано британско семейство, което в бързината и хаоса оставило автомобила си незаключен. Едва ли е трудно да се досетим, че подобни набези почти винаги са дело на представители на малцинство, за което кражбата е в графата "културна особеност".

Кое то не им дава право да вилнеят безнаказано, докато хората се чудят как да се справят с последствията от някое бедствие, стоварило се изневиделица върху тях. Излишно е да си напомняме, че е имало не чак толкова далечни времена, в които наказанието за мародери е било смърт.

Днес в правова държава в Европейския съюз такава мярка е немислима. Но може да не отминаваме с лека ръка отблъскващите им прояви и поне някой да бъде не само задържан, но и да си понесе отговорността според закона.

Камелия Христова,
"Новинар"

ПОСОКИ

Митове go поискване



Петър ГАЛЕВ

Опитите да се засили етническото противопоставяне в България няма да успеят. Колкото и да не сме си взели поуки от изминалите двайсет и пет години, все сме разбрали, че омразата "по принцип" и противопоставянето до кръв по религиозен, етнически и дори партийен принцип са напълно неадекватни. Нищо че все още се намира кой да претопли я страха от възродителен процес, я митовете, че ако не е нашата партия на власт, другата непременно ще ни измами и ограби. А нашите със сигурност ще ни напълнят торбичката... Е, хората вече проумяват, че има едни норми за обществен, професионален и личен живот, от които зависи и персоналното, и общото благосъстояние. И в момента грижите им са съсъвем други, трудно ще се хванат на хорото на кухите идеологемии. Очакването от политиките е да създават нормална среда, да гарантират, че правилата са еднакво валидни за всекиго. Когато законът стане реален посредник във всички частни и публични отношения, няма да има място за никакви апокалиптични сценарии. А ако с днешна дата ни трябва противопоставяне, то е срещу усещането за липса на обществена енергия в единна позитивна посока. Защото нито Аллах ни е виновен за неразбориите, нито природата за постоянните кризи, в които се въртим. Дано и Айше, и Албена да са разбрали, че не всевишният, а изсичането на горите ни дави в потоци и свлачища. И ако постоянно търсим какво ни е разделяло преди, няма да видим какво трябва да ни обедини сега. Въпрос с понижена трудност - подкрепянето на държавата ни така, че да няма значение коя точно партия ни управлява. А вярата да служи за това да бъдем просто добри хора.

СТОП КАДЪР



В Антарктида вече има връх София

Защо у нас се допуска осъдени лица да избягат?



Хари Харалампиев, адвокат

Не бива да се упреква българската правосъдна система

Отправят се упреци към правосъдната система, което е крайно несправедливо. Беше лансирана версията, че след като един подсъдим бъде признат за виновен и осъден на лишаване от свобода, той едва ли не трябва да бъде задържан още в съдебната зала. Но Върховният касационен съд излезе с едно тълкувателно решение, според което, докато една присъда не влезе в законна сила, ако няма мярка за неотклонение "задържане под стража", осъденият не може да бъде задържан. Очевидно е, че трябва да се търсят някакви механизми за предотв-

ратяването на бягството на тези, на които предстои да изтърпят наказание лишаване от свобода. Но това е въпрос на компетентните органи. Лансира се една идея за поставянето на гривни, като по този начин се проследява движението на всеки един, на когото предстои да влиза в затвора. Дали ще бъде въведен този начин за контролиране, времето ще покаже. Това да се отправя упрек към България за това, че някой е избягал, звучи твърде несериозно. Навсякъде по света има осъдени престъпници, които се стремят всячески да се отклонят от пра-

восъдието и от изтърпяване на наказанието. Това не е само в България. Така че не бива да се допуска ЕС да отправя упреци към българската правосъдна система. Аз съм един от малкото адвокати, които яростно бранят правосъдната система. Не може да се генерализира, че в България няма правосъдие. Излизането на френския посланик по българската телевизия беше скандално. Само си помислете дали българският посланик във Франция ще получи възможност да отправи упрек към френската правосъдна система. Това е изключено.



Доц. д-р Ива Пушкарлова, преподавател по наказателно и международно наказателно право в СУ

Да се търсят факторите, които улесняват престъпниците

Не знам дали има системна причина в правосъдието, която да води до това осъдени лица да бягат от изтърпяване на наказанието. Това не значи, че няма, просто аз не я познавам. На мен ми се струва, че във всяка една правна система винаги ще има хора, които ще успяват да се отклонят за някакъв период от време от правосъдие. Причините за това могат да бъдат толкова разнообразни, че ми е трудно да ги свържа в една, продиктувана от поведението на държавата. В това има и много случайни причини. Естествено знакови фигури,

извършители на много тежки престъпления, които рискуват тежка наказателна отговорност, фигури, които имат и материални, и политически, и икономически контакти и възможности, те да са тези, които се отклоняват. Тук трябва да се има предвид, че тях ги търси не само българската държава, но и международни служби и те също не успяват да ги намерят лесно. От моята практика виждам, че българската държава успява да открие доста от тези, които се отклоняват. По тази причина ми е трудно да кажа дали тя успява да го направи бър-

зо, дали успява да се справи в повечето случаи. Нямаме статистика за това колко са хората, които ги няма, защо ги няма, от кога ги няма, повечето ли ги няма, обичайно ли е да бягат, какво е положението в другите държави. Моето впечатление е, че тези отклонения от изтърпяване на наказанието са по-скоро изключения от общата практика. Няма никаква изненада, че са по знакови дела и би следвало да се търси решението в това да се открие какви са били факторите, които са улеснили извършителите да избягат. Но това е друг подход.



Йово Николов, отговорен редактор във вестник "Капитал"

Казусът може да има само комплексно решение

Проблемът с избягалите от правосъдие престъпници е комплексен. От една страна, отговорност за това носят оперативните служби на МВР. От друга страна, вина има и мудното правосъдие, което съществува в България. От трета страна са неясните функции на всяко едно от звената в правораздаването при подобни казуси. И от четвърта е ширещата се корупция в правораздавателната система.

Обществено значимите дела в България, които се наблюдават от ЕК, са не повече от 60-70. Случаите с проблемните хора като осъдените Пламен Галев и Ангел Христов, известни като Братя Галеви, убийците на Стоян Балтов, ако щете, и емблематични фигури от ъндърграунда като разследваните Евелин Банев-Брендо или Христофорос Аманатидис-Таки са под 20 на сто от тези дела. Т.е. ако имаме функциониращи оперативни служби на МВР, те би

трябвало да контролират тези лица, за да не изчезват безследно към топлиите страни. Давам за пример втория арест на Евелин Банев-Брендо, който беше задържан преди година край Созопол, защото оперативните служби бяха получили сигнал, че той се готви да напусне България. Същите способности биха могли да бъдат употребени за проблемни лица, за които може да се направи обосновано предположение, че предстои да бъдат осъдени на трета инстанция, за да не се допусне тяхното бягство.

Бавното правосъдие е вторият важен проблем - от решението на съда на първа инстанция до трета инстанция понякога минават повече от десет години. Това способства престъпниците да се укрият. Ако пътят на тази процедура бъде намален, проблемът отчасти ще изчезне. Третият проблем е свързан с прокуратурата и правомощията ѝ в досъдебното произ-

водство. В момента прокуратурата се прави, че този проблем не я засяга, а всъщност тя е господарят на досъдебно производство и може да нарежда и на оперативните служби, и на полицията, за да се справи с подобни бягства. Четвъртият проблем, разбира се, е наличието на корупция в органите за вътрешен ред и правосъдието, откъдето изтича информация за бъдещи съдебни решения.

Всъщност подобен казус може да има само комплексно решение. Трябва всички отговорни служби и органи в държавата да се съберат и много ясно да разпишат какви са задълженията и отговорностите на всеки един по този въпрос, което в крайна сметка не е толкова трудно. Всичко останало, като гривни, технически способности и т.н., са детайли.

В края на миналата година в "Файненшъл таймс" публикува новината, че китайската икономика е задминала тази на САЩ по паритет на покупателна способност. Ще продължи ли икономическата експанзия на Пекин, г-н Хърсев?

- Има различни методологии за изчисляване на големината на дадена икономика и според мен паритетът на покупателната способност не е надежден. Икономиките трябва да се сравняват по БВП. В този смисъл вероятно някой ден най-голямата по население страна в света - Китай, ще бъде и първа по размер на БВП. Но засега това не е така. Въпреки всичко не бива да се пренебрегват гигантските темпове, с които се развива китайската икономика. До 2012 г. те бяха двуцифрени, сега се твърди, че през 2014 г. е регистриран "по-скромнен" ръст от 7%. Разбира се, трябва да се отчете и условността на такива глобални прогнози, защото, когато организация като МВФ каже, че в България ръстът миналата година е бил 0,8, да знаете, че той е бил поне 1,6. Когато ви каже, че икономиката на Китай има ръст 7%, вероятно той е поне 9%. Това ще се разбере след две-три години, когато се направят корекциите назад по актуалните данни. Статистиката работи с предварителни данни и за завършването на годишни отчети реално се правят прогнози.

- Китай има водеща роля в създадената миналата година "Нова банка за развитие" от БРИКС (Бразилия, Русия, Индия, Китай и Южна Африка). Какви са основните цели на новата институция?

- Новата банка означава растящото влияние на развиващите се икономики от БРИКС във финансовия свят, доминиран от САЩ и Европа чрез МВФ и Световната банка. Тя работи като инвестиционен инструмент за финансиране на гигантски инфраструктурни проекти в развиващите се държави. Иначе казано, на срещата на високо равнище в Южна Африка миналата година беше създаден нов глобален финансов център, даже може да използ-

Банките неминуемо ще се променят



ваме модерната дума "хъб". Заговори се за съвсем различни механизми от сега приетите в света на световните финанси. Този процес се развива с бързи темпове. Ако забелязвате, през последните години се засилва връзката между Русия, Индия и Китай. Москва и Пекин си сътрудничат изключително във финансовата сфера, докато Кремъл и Делхи насочват общите си проекти по-скоро към индустриалната сфера. Санкциите срещу Русия не бива да се свеждат само до отговор на кризата в Украйна, а донякъде целят да бъде спряна този процес.

- В различни публикации пишете за предстояща банкова революция. В какво се изразява тя?

- Това е видим процес на трансформация на банковата система, при което тя губи позиции в основната си функция до момента, а именно - да формира капитал. Т.е. да събира депозити и да дава кредити. От 2006-2009 г. се наблюдава промяна във финансовия свят - делът на банките в световната капитализация намалява. Появява се един нов тип посредник. Това са т.нар. паралелни банки. Въпросните финансови институции поемат функциите на банките в

кредитиране на икономиката. Те включват различни видове инвестиционни фондове, лизингови компании, независими международни платежни системи и други. Общият обем на финансовите активи на "паралелните банки" по света вече надминава около два пъти дела на банките.

- Кое е предимството на "паралелните банки"?

- Огромното им предимство се състои в това, че те не се регулират и в близко бъдеще това няма да стане. Политиката наложи на банките невероятни ограничения. Те вече не са в състояние самостоятелно да извършват основните си функции, превръщат се в обикновени разплащателни институции, складове за пари, без предлагане на допълнителни услуги. Този процес се задълбочава. На последната среща на Г20 миналата година беше предложено да бъде въведен нов механизъм в около 500 банки, който се нарича "обща способност за абсорбиране на загуби". Иначе казано, ще се следи каква е възможността на банките да формират загуби. Такава стъпка ще унищожи вида на банката, който ние познаваме до момента, превръщайки в клон на държавната администрация, с ви-

● С доц. Емил Хърсев, преподавател по банково дело в УНСС, разговаря Мирослава Кирилова

соко вдигнати забрани за кредитиране. В рамките на ЕС вече действа аналогичен подход. Новата директива за реструктурирането и разпускането на банки още не е въведена в българското законодателство, но беше приета на европейско равнище миналата година. Тя въвежда във всички банки на еврозоната един показател за регулиране - т.нар. приемливи задължения. Тоест банките не само ще трябва да имат капитал в определен размер според изискванията на директивите, но те ще трябва да акумулират законово приемливи задължения. Грубо казано, банките ще трябва да сключват договори с част от клиентите си за това, че вложителите приемат техните депозити да бъдат отписани първи в случай на несъстоятелност на банката. В крайна сметка държавите няма да носят отговорност при несъстоятелност на банките.

- Това означава ли, че европейските банки са обречени на гибел?

- Новата директива де факто постановява банките да си напишат завещание - как да бъдат разчленени и погребани. Според логиката на създателите на този показател на банките ще им са необходими 4-5 години, за да създадат едно ниво на приемлива задължителност, чиято стойност е горе-долу колкото капитала. Тоест финансовите институции ще трябва да удвоят капитала си, което автоматично означава задържане на нивото на кредитиране. Ако светът започне да излиза от икономическата депресия, ще трябва да се отпускат нови кредити. Банките ще трябва да отчетворят капитала. Тъй като няма откъде да се вземе такъв капитал, институциите просто ще спрат да кредитират. Неслучайно ЕЦБ мълчи по тези проблеми. Затягането

на ограниченията за банковите институции според мен отива извън границите на здравия разум.

- Каква трябва да бъде реформата, която да стимулира и развие банковия сектор в световен мащаб?

- Трябва да се създадат механизми и международни финансови системи извън всички регулации. Частните инвестиционни дружества например набъбнаха през последните години и тепърва ще растат. При едно ново развитие на световната икономика ще преуспят не банките, а друг вид финансови институции, задължително нерегулирани, които ще избягват всякакви ограничения в дейността си. А банките в настоящия им вид постепенно ще се затварят и ще започват да работят по нов начин, като намират друг инструмент на реализиране.

- Как ще коментирате хода на Швейцарската национална банка, която вдигна курса на франка?

- Швейцарската национална банка си позволи да извърши жестока измама, с която разруши рентабилността на банковата система в алпийската страна. Това, че иззматата е извършена от национална банка, не намалява значението й. Само една седмица преди институцията да вдигне лимита за курса на швейцарския франк спрямо еврото, банката излезе с декларация, че валутата ще остане стабилна и няма да бъдат премахнати въведените ограничения. Значението на този акт го усетиха не само банките, но и кредитополучателите. Добре е, че в България хората, държащи депозити във франкове, не са много. Ако го беше направила този ход някоя американска банка, тя щеше вече да е затворена и ръководителите й щяха да са в затвора, очаквайки об-

винения. В този смисъл приемането на франка като "оазис на стабилността" приключи.

- Очакват ли разклащане на еврото след победата на СИРИЗА в Гърция? Алексис Ципрас обеща да отхвърли хватката на международните кредитори.

- Едва ли ще има разклащане на позициите на еврото. Идеята на Ципрас е доста подранила. Вероятно това се дължи на трудно понесимото в съседна Гърция икономическо положение заради натиска на кредиторите. Гърция е христоматиен пример за груба некадърност от страна на европейските чиновници. Основно вината си е на Брюксел, а не толкова на ЕЦБ, която не играеше основна роля през 2010 г. Тогава беше начертана архитектурата на този грандиозен провал на европейската икономическа мисъл. Когато тръгнеш да шиеш панталони и крачолите на клиента трябва да са дълги 120 см, не може да са му по мярка с 20 см по-къси. Искам да кажа, че грешката е в този, който шие дрехата. Така е и с Гърция. През 2010 г. се потвърди, че проблемът на Атина ще се реши чрез финансов пакет от 110 млрд. евро. Две години по-късно Брюксел забеляза, че проблемът не се решава с тези пари и трябва да бъде отпуснат нов транш от 130 млрд. евро. Забележете каква груба грешка е допусната две години по-рано и колко криви са били сметките на ЕС. В този смисъл ще трябва ново прекрояване на дълга на Гърция, защото държавата не е в състояние да го плати. На българските политици ние спестяваме грешки до 5%. Виждате, че за разлика между 3 и 4% дефицит на българския държавен бюджет се водят много сериозни дебати. Грешката на Брюксел за Гърция е над 50% и проблемът още не е решен.

Българите в чужбина осигуряват 3-4% от родния БВП

Мирослава
КИРИЛОВА

През 2015 г. ръстът на емигрантските пари ще продължи да се увеличава, като тази тенденция ще се запази в близките 5-6 години. Това прогнозира пред в. "Животът днес" програмният директор Боян Захариев от институт "Отворено общество". Статистиката показва, че средствата, изпращани от българи, работещи зад граница, на близки и роднини, възлизат на близо 1,3 млрд. евро годишно.

„Снякои условности при изчислението от гледна точка на това, че се регистрират официалните парични преводи, но не и тези средства, дадени на ръка или изпратени под друга форма, средно на месец в страната влизат между 80 и 100 млн. евро, работени от български

граждани в чужбина", уточни Захариев. За сравнение през 2009 г. като емигрантски преводи в България са дошли 716 млн. евро за цялата година.

Оказва се, че паричните трансфери на българските емигранти по време на криза са по-устойчиви и стабилни от други външни източници на финансиране като чуждестранни инвестиции и външни заеми. "Дали от загуба на ресурс, липса на перспектива или от предпазливост много инвеститори избягаха от страната временно или завинаги.

Притокът на парични средства от емигрантите не само че не стихна, а дори се увеличи,

като представлява между 3 и 4% от БВП", допълни експертът от "Отворено общество". Въпреки че страната ни не е рекордър в това отношение, в условия на спад на източниците на финансиране парите на българските емигранти допринасят съществено за финансовата стабилност в държавата и сигурността на домакинствата. Тоест имат осезаем социален ефект, особено в по-слабо ико-

номически развити региони на страната.

"Както може да се очаква, тези потоци имат най-големи положителни стойности (като % от БВП) за по-слабо развитите държави, от които и емиграцията, и сезонната заетост към други държави са най-значими", коментира Захариев. Рекордьори по дял на емигрантските пари в икономиката са страни като Молдова, където приходите в платежния баланс от този вид преводи представлява близо една трета от БВП, Румъния - трансферите от роднини емигранти надхвърлят 2,5 млрд. евро годишно, Полша - близо 3 млрд. евро.

"Позициите, които намира човек в чужбина, по правило са по-нискоквалифицирани в сравнение с тези, които е заемал в родината.

Българи с висше образование мият чинии във Великобритания, инженерите готвят в САЩ. Изключение правят лекарите, специалистите в областта на информационните технологии и тесните експерти в опреде-

лени области", каза още събеседникът ни. Въпреки по-нискоквалифицираните длъжности, които заемат, българите обаче получават по-високи заплати, отколкото тук.

"Въпросът е в това правилно да се оцени качеството на живот в чужбина. За да изпратят пари на свои близки и роднини и едновременно да се издържат зад граница, често сънародниците ни търпят невероятни лишения и полагат къртовски труд, за да свържат двата края", констатира Боян Захариев. Те се стремят да покажат по-висок стандарт на живот при завръщането си в България и започва т.нар. "показно потребление" - купуване на кола, на лаптоп, скъпа техника и/или маркови дрехи. Качеството им на живот обаче остава ниско. Въпреки че са живели в страни с по-висок стандарт и с повече възможности за образование, досег с културата, по-добра здравна система и т.н., българите често нямат възможност да се възползват от тези блага. А причините са различни - социални, езикови, материални и т.н.

Най-големите потоци от емигрантски сред-

ства логично идват от страните с най-големи български общности.

Такива са диаспорите ни в Гърция - 320 000 българи, САЩ - 300 000, Испания - 250 000, Великобритания - 110 000, също приблизително толкова са в Германия, Италия и Франция, сочат данни на Евростат.

Според различни анализи получателите на тези преводи ги използват основно за закупуване на храна, дрехи, лекарства и стоки от първа необходимост и в по-малка степен - за образование, ремонти, закупуване на стоки за дълготрайна употреба и имоти. "В този смисъл повишеното пращане на пари от български емигранти не може да компенсира отлива на чуждестранни инвестиции", категоричен е събеседникът ни. Преките чуждестранни инвестиции възлизат на 1,22 млрд. евро (3% от БВП) за януари - ноември 2014 г. при 1,54 млрд. евро (3,8% от БВП) за януари - ноември 2013 г. Влиянието на емигрантските пари и чуждите инвестиции върху икономиката не е едно и също. Парите, изпратени от работе-

щи българи зад граница, се използват от близките им основно за текущо потребление, докато чуждите инвестиции позволяват завъртане на капитала, подобряване на конкурентоспособността на икономиката, разкриването на нови работни места.

Ръстът на емигрантските средства, изпратени от страна - членка на ЕС, очаквано скача през последните години,

като се имат предвид свободата за придвижване и новите възможности за работа в чужбина, които членството в Общността разкри пред българите въпреки преходните периоди за голяма част от националните трудови пазари на старите членки. "Характерно при пращането на емигрантски пари е, че потокът е особено засилен при първото мигрирало поколение. То все още има силна връзка с близки и роднини и праща редовно пари до България. Следващото поколение порядко праща средства или въобще спира тази практика", коментира експертът. Според прогнозата му, ако няма голяма миграционна вълна (като тази към Щатите през 90-те години или към ЕС след 2007 г.), потоците емигрантски пари към България постепенно ще стихнат. "Надявам се да няма повече периоди на масова емиграция в чужбина, защото това би било пагубно за така или иначе задъхващата се икономика в България", обобща Боян Захариев.



Юлиан Велев, Лондон

Живя от 7 години във Великобритания. Дойдох в Лондон малко преди началото на финансовата криза, когато българите вече пътуваха в ЕС само с лични карти. Трудовите ограничения обаче бяха все още валидни. Като всеки имигрант, пристигнах на Острова с желание да намеря по-добър жи-

вот. От Кюстендил съм, но последните години работех и живеях в София. Бях продавач-консултант в спортен магазин в центъра на столицата, но въпреки високата заплата - около 1000 лв. на месец, трудно се справях с разходите за квартира и с издръжката. Парите ми стигаха колкото да живея. Затова реших сам да се впусна в ново начинание и ето ме след седем години в Лондон - работя като директор на агенция за охранители. Имам дългогодишни клиенти, които разчитат на мен и са ми гласували доверие да намеря най-добрите решения за охрана на

обектите им. В началото, както повечето българи, и аз започнах в строителството. Един мой приятел българин ми обясни много неща - как да се запиша на курсове за допълнителна квалификация, какви документи ми трябва да покрия. Така и направих след време - станах охранител, докато навляза в сектора, преодолех изцяло езиковата бариера и разбера какви са процедурите за основаване на собствена фирма. Сега съм по-натоварен с работа, но и изкарвам повече пари, успявам и да помагам на родителите си, които живеят в Кюстендил.



Десислава Константиноу, Пафос, Кипър

От София съм и дойдох в Кипър преди 12 години в търсене на по-добра работа. Започнах като сервитьорка изцяло на не-нормирано работно

време. Понякога трудовият ми ден продължаваше 12-14 часа. При идването си тук не знаех гръцки, но постепенно се отпуснах. Смених работата, но пак се занимавам в сферата на хотелиерството и ресторантьорството, като заплатата ми е по-висока. В началото сякаш повече успявах да заделя пари, които да изпращам на близките ми в България. Сега стандартът се промени и всичко като цяло е по-скъпо.

Омъжих се за кипрец и лека-полека навлизам все повече в порядките и традициите им. Никога не съм търсила непременно кон-

такти с други българи, защото тук сякаш общността ни не е толкова сплотена. До пети клас синът ми учеше в България, но вече е тук. За няколко месеца проговори гръцки, нямаше проблеми в училище, дори напотив. Знаеше по математика много повече неща, отколкото връстниците си. Тази година ще навърши 16 г. и играе за националния отбор по хандбал. Честно казано, мислила съм за завръщане в България, но на старици - когато със съпруга ми ще си купим хубава къщичка и ще живеем в подножието на планината.

Дори да не се разбираме, да започнем да се слушаме

Таня Михайлова е юрист, работи в Дипломатическия институт към МВНР от 10 години, а от 3 е негов директор. Гордее се с отличния си екип и свършената за това кратко време работа. В момента готвят десетото зимно училище за млади дипломати от Западните Балкани и Черноморския регион.

Какво представлява Дипломатическият институт и защо е важно да го има?

- България никога не е имала своя дипломатическа школа. До 1944 г. дипломатите ни са се обучавали предимно в чужбина и с възрожденски дух са се включвали в изграждането на младата държава. След 1944 г. дипломатите ни са се обучавали основно в Москва. Идеята да се изгради школа за подготовка на дипломати се осъществи през 2003 г. по времето на министър Соломон Паси с помощта на холандските колеги. Институтът за международни отношения "Клингендел" и досега е сред основните ни партньори. Това е една прагматична школа с изключително добри програми, от които черпим опит и като методология, и като практика при обучение.

- И то е предназначено за вече действащи дипломати?

- Да, това е квалификационен институт, той не предлага образование. В него се обучават служители в Министерството на външните работи и представители на цялата държавна администрация. Разбира се, от първия ден на института се реализират програми за чуждестранни дипломати. Те получават допълнителна квалификация, развиват уменията си за работа в администрацията, в дипломатическата служба.

- Кое умение е най-трудно за усвояване и изисква специални качества?

- Първо искам да ка-

● С Таня Михайлова разговаря Галина Спасова

жа, че дипломатическата професия не е за всеки. Изисква се талант. Има талантливи дипломати, както има таланти и в другите професии. Ако комуникативността и умението да се постига консенсус не се носят по природа, трудно може да се научат. Воденето на преговори според мен е най-тежкото, защото от това умение зависят понякога въпросите на войната и мира. И не всеки може да се справи. Има различни подходи, различни типове преговори, понякога се налага да има по-изразени, по-силови методи. Друг път може да се отстъпи в самото начало, многообразни са техниките. А дали това се учи? Учи се, но трябва да има и предварителна нагласа.

- Тежи ли на самочувствието исторически наложилата се формула, че "армията ни печели битки, а дипломатията губи войните"?

- Този израз няма вече подкрепа. Още повече че България много години не е попадала във военен конфликт и това донякъде се дължи именно на дипломатите. По-скоро има друго, което видяхме още при създаването на института - липсата на активност у младите или поне у тези, които в началото обучавахме. Като цяло това е проблем на образованието - очакваше се в училище да бъдат тих, кротък и да заучаваш това, което казва учителят, без да имаш право на инициативи и без да имаш право да коментираш. В последните години забелязвам обаче обратното и се радвам, че младите хора са станали твърде активни и взимат много естествено участие в дискусиите по време на нашите обучения.

- Днес и от дипломатията се очаква повече прозрачност.

- По принцип тя се смята за професия, която бере своите плодове в кулоарите и на тихо, често пъти не се разбира какво е постигнато точно. Това е и един сблъсък в съвременното разбиране за дипло-



С патриарха на българската дипломация Иван Станчев

мацията - между запазването ѝ като професия с по-конфиденциален характер и т. нар. публична дипломация. Днес дипломатията е категорично по-различна дори от практиката преди десет години. Много са факторите - при новите технологии трудно се запазва конфиденциалност, а тя е присъща част на тази дейност. Няма как да бъде изцяло на показ. В правото има сентенция - "нищо не е договорено, докато не е договорено". В дипломатията всеки ден се преговарят и договарят много възможности, много сценарии.

- Поизбледня ли ореолът около професията като топ престижна? Някога за нея бяха предопределени децата на избраните.

- Това не прави лоши дипломати тези, които са били нечи деца и са завършили в Москва. Някога това беше единственият легален начин да работиш в чужбина и да разполагаш с възможностите на света отвъд Стената. Сега можем да работим в чужбина и ако си конкурентоспособен, да се изявиш в която и да е област. В този смисъл даже намирането на нови кадри в министерството е трудно, трябва да бъдат привлечени онези хора, които наистина чувстват професията като свое призвание. Трябва да кажа, че последното попълнение е от изключително добре образовани и мотивирани млади хора. Истински се надявам те да останат в

дипломатическата служба, да се развиват, защото имат много различен поглед към света, те са вече освен български и европейски - разбира се, през призмата на националните интереси. Владееят езици, комуникативни са, различно поколение расте.

- За живеещите или пребиваващите зад граница надеждността на консулските служби е особено важна. Имате ли обучения за тях?

- Всяка година има курс за всички, които ще заминат като консули и технически лица. Той е шест седмици и без значение дали един опитен консул заминува за пореден път в определена държава, той е длъжен да го премине, след което има изпит. Курсът е твърде полезен, защото в последните години включихме и много обмен на консулска експертиза. Практиката е толкова различна, това е най-тежката работа в дипломатическата служба. Освен да помогнат на човек в беда и да извършват административни услуги, много често консулите се занимават със задържани в затвора - за трафик на жени, наркотици и т.н. Ежедневно има случаи на българи, осъдени в държави с много сурови закони. За тях за участие не знаем от медиите, но те се решават благоприятно заради усилията и уменията на консулите ни.

- Какви задачи имате във връзка с наближаващото българско председател-

ство на ЕС?
Ако комуникативността и умението да се постига консенсус не се носят по природа, трудно може да се научат

ство на ЕС?

- Институтът ще бъде ангажиран в подготовката на държавната администрация. Очакваме да има нужда от около 1200-2000 държавни служители, включително дипломати, които да бъдат ангажирани във всички събития, заседания и т.н., които ще се състоят в Брюксел и в София. Това е шанс за българската администрация - в следващите три години до председателството да развие своя капацитет и умения по въпросите на ЕС и европейските политики. Във всяко министерство има експерти, които също трябва да могат да представят определени политики, да водят преговори, защото България ще е фокусът, двигателят на политиките, които към момента ще са приоритетни. Тук ще цитирам проф. Ингрид Шикова - това ще е зрелостният изпит за България след влизането ѝ в ЕС. Доказателство дали сме разбрали механизмите, по които работи ЕС, и можем ли да боравим с тях. Второ, председателствайки ЕС, България ще е във фокуса на целия международен живот. Българските дипломати по света ще представляват

ЕС. В същото време тук ще дойдат много представители на всички страни членки, за да участват в инициативите, които ще домакинстваме. Това е изключителен шанс да покажем страната си, най-доброто от себе си.

- Разкажете за участието си като наш представител в голямата международна конференция в Иран срещу насилието и екстремизма.

- Като директор на обучителна институция говорих в панел за култура и религия, спрях се повече на ролята на образованието, на толерантността. Позовах се на философи, на творци. Не говоря персийски, но си направих труда да науча едно стихотворение на големия Саади - "Чеда Адамови". Само поет може да го изрази така ясно - човечеството е едно тяло и няма как, когато едни страдат, другите да се чувстват добре. Всъщност казах прочутото стихотворение първо на български, без превод и помолих да ме чуят на моя език, защото смисълът е дори да не се разбираме, да започнем да се слушаме. Казах в моето изложение, че всеки човек на тази планета има множество идентичности - принадлежи на своето семейство и род, на своя етнос, на своя регион, държава, на своята професионална общност, на своя пол и религия. Това, което според мое скромно мнение е дълбоката причина на всеки екстремизъм, е болезненото преувеличаване на значимостта на една от идентичностите за сметка на другите и най-вече на най-високата в йерархията - общата ни принадлежност към човечеството. Когато една от идентичностите се разрасне, подобно на ракова тъкан, свързаната с нея гордост се превръща в арогантност, в екстремизъм. Тя потиска здравия разум, чувството за принадлежност към човешката общност. Тази хипертрофирала идентичност води към екстремизма и насилието.

Бисер ТЕРЗИЕВ

С 3700 минути (близо 62 часа) са намалели закъсненията на влаковете през миналата година, предизвиквани от повреди по контактната мрежа. Това съобщиха от НК "Железопътна инфраструктура" (НКЖИ) специално за в. "Животът днес". Факт, колкото и невероятно да звучи той, особено на фона на огромните закъснения, регистрирани по време на бурите и пороите отпреди десетина дни, когато заради наводнени жп линии, прекъсната от паднали дървета контактна мрежа и активизирани свлачища спря движението на влаковете по 7 направления.

Спестените 62 часа от забавяния на композициите са резултат от вложените от НКЖИ инвестиции в подмяната на старите амортизирани керамични изолатори по контактната мрежа със свръхздрави и модерни силиконови, обясни инж. Стоян Стоянов, директор на поделение "Електроразпределение" в НКЖИ. "Вече сме подменили над 99% от керамичните изолатори, които не само се чупят и спират движението на влаковете, но повреждат и пантографите на локомотивите", каза инж. Стоянов. Поради това броят на счупванията през 2014 г. е спаднал над 2 пъти - от 64 на 31.

Друга важна причина за закъснението на влаковете е скъсването на носещите възета на контактната мрежа, обясни още шефът на поделение "Електроразпределение" в НКЖИ. За да бъде намалена и преустановена тази негативна тенденция, компанията ще трябва да увеличи инвестициите в подмяна на старите носещи възета с модерни биметални.

През миналата година са били подменени носещите възета само на 60 км от жп мрежата в страната (под 1,4%), а

Влаковете стават малко по-бързи



тази година ще бъдат обновени на още 100 км (2,4% от мрежата). За да навакса с изоставането обаче, от 2016 г. НКЖИ трябва да обяви процедури за подмяна на възетата на поне 300 км годишно, тъй като 80% от контактната мрежа все още са със стари възета, които се късат и блокират влаковете с часове в междугарията.

Разбира се, основната причина за традиционно ниските скорости (малко под 50 км/час средна експлоатационна скорост)

и забавянията на влаковете са амортизираните жп линии - нещо, което отблъсква както голяма част от пътниците, така и много товародатели от железницата. Именно затова и НКЖИ влага най-много инвестиции в рехабилитацията на железния път.

Със средства от капиталовия трансфер от държавния бюджет през миналата година НКЖИ успя да обнови няколко изключително важни жп отсечки, с което леко подобри състоянието на железопътната инфраструктура. Една от жп линиите в най-трагично състояние е 4-та главна (Русе - Стара Загора - Димитровград - Подкова) и по-конкретно участъкът от нея, който пресича Стара планина (Дряново - Дъбово). Именно там миналата година НКЖИ успя напълно да рехабилитира жп участъците Плачковци - Кръстев (17

км) и Кръстев - Радунци (13 км), които бяха най-зле. Изцяло са подновени самият железен път, баластовата призма, стълбовете и контактната мрежа, изградени са отводняващи съоръжения и пр. Напълно са рехабилитирани и е увеличен габаритът на двата тунела в тези участъци. Това е изключително важно за жп превозвачите, тъй като, за да превозят по-обемни товари между Велико Търново и Стара Загора например, досега влаковете трябваше да заобикалят или далече на изток, през участъка Карнобат - Синдел, или на запад, по линията Мездра - София.

С обновяването на линията Плачковци - Радунци са възстановени и проектните скоростни параметри на трасето, с което влаковете вече преодоляват 30-километровия участък за по-кратко време, повишена е безопасността на движението и е подобрен комфортът на пътуване.

През миналата година продължи и обновяването на другия презбалкански железен път - участък от 2-ра главна жп линия (София - Варна) през Искърското дефиле. Още преди няколко години ръководството на НКЖИ пое ангажмента да обнови цялата жп линия София - Мездра, която още преди 120 години Алеко Константинов нарече "Българска Швейцария". Там вече бяха рехабилитирани и пуснати в експлоатация няколко

участъка. В плана на НКЖИ за 2015 година е да обнови 13-километровата жп отсечка Курило - Реброво, където основната цел е също възстановяване на скоростните параметри на железния път. След приключването му през есента ще бъдат сериозно подобрени безопасността и комфортът на пътуване, а времето за преодоляване на разстоянието София - Мездра (89 км) с бърз влак ще бъде намалено с около 16 минути, което за тежките условия на Искърското дефиле с броеницата от стотици криви (б.а. - жп завои) и 22 тунела не е никак малко.

Продължават и ремонтите по 3-та главна жп линия София - Карлово - Бургас.

Там през миналата година бе направен капитален ремонт на отсечката Пирдоп - Антон (7 км) с пълно прекъсване на движението и прехвърляне на пътниците от влак на автобус и обратно.

За тази година е планирано да бъде обновена отсечката Клисурса - Христо Даново (14 км), на която повече от 20 г. не е правен никакъв капитален ремонт и която е в трагично състояние. По време на ремонта и там ще бъде прекъснато движението. Поради това пътниците ще бъдат превозвани с автобуси, а товарните влакове ще заобикалят чак през София и Пловдив на запад или по линията Карлово - Пловдив на изток. Рехабилитацията на отсеч-

ката Клисурса - Христо Даново ще е на стойност 13,2 млн. лева. По същата 3-та линия ще бъде напълно обновена и отсечката Макоцево - Долно Камарци (7 км), където ще се изградят много джоб-стени, тъй като досега дори и при слаб дъжд се активират свлачища и железният път непрекъснато е затрупван от земна и скална маса. Обектът е на стойност около 10,8 млн. лева.

Тази година ще бъде завършен и проектът за автоматизиране на 20 жп прелеза,

чието изпълнение започна през миналата година. Подмяната на пазачите с автоматизирана система за управление на семафорите и бариерите не само повишава безопасността на движението на прелезите - най-опасните точки на пресичане на железен и автомобилен път, но се оказва, че е и единствената възможност за ръководството на НКЖИ да намали персонала в компанията и да съкрати разходите си за фонд "Работна заплата".

Продължава от миналата година и изграждането на нова компютърна централизация по гарите между Пирдоп и Карлово, с което значително ще бъде повишена безопасността на движението. Спомняме си, че на 1 февруари именно в този участък - на гара Стряма, заради субективна грешка на ръководителката на движението дерайлира пътнически влак. Пора-

ди ниската скорост слава богу този път инцидентът се размина без пострадали.

Общо 37,827 млн. лева от заложения в държавния бюджет за тази година капиталов трансфер за НКЖИ от 105 млн. лева ще бъдат задължително заделени за съфинансиране на обектите, изградени по старата Оперативна програма "Транспорт 2007 - 2013" (ОПТ), тъй като според регламента те трябва да бъдат напълно завършени до края на тази годината. Става въпрос за приключването на Фаза 1 от проекта за рехабилитация на жп линията Пловдив - Бургас, където изпълнението на Лот 3 - участъка Церковски - Карнобат, значително бе забавено.

Най-голямо съфинансиране по ОПТ - 29 млн. лева, ще отиде за модернизацията на жп линията Септември - Пловдив,

който също бе значително забавен, но вече се строи усилено. До края на годината трябва да бъде предаден с Акт 16 и друг закъсал участък - Димитровград - Свиленград, чиято рехабилитация започна миналата година и който е готов около 75 на сто. Най-забавено по него - с около 7 месеца, е изпълнението на участъка Харманли - Свиленград и най-вече на гара Симеоновград и на подходите към нея. Причината за изоставането там са както отчуждителните процедури, така и многото археологически находки по трасето.

Най-късно в края на лятото трябва да приключи и модернизацията на гарите в София и Бургас, която също се финансира по ОПТ и се съфинансира от бюджета с 4,530 млн. лева. Друг обект, който трябва да бъде предаден за експлоатация до началото на следващата зима, е и интермодалният терминал в Пловдив. Той също се изгражда със средства по ОПТ и е съфинансиран с 3,4 млн. лева от държавния бюджет чрез НК "Железопътна инфраструктура".

След приключването на тези обекти състоянието на националната жп мрежа ще се подобри значително, а заедно с това и безопасността, скоростта и комфортът на пътуване с влакове.

Слуховете за мобилизация в армията граничат с арогантната лъжа



Илиян ВАСИЛЕВ

Мисля, че вече съм достатъчно запознат с методите за манипулации чрез медиите, поради което не ми бе трудно да проследя генезиса на манипулацията с новината, че "тайно" се изпращат повиквателни до резервисти, защото България се мобилизира, за да участва в готвено от НАТО нападение срещу Русия. Тази кампания е част от усилията за ерозия на подкрепата в обществото за евроатлантическата ориентация. Тъй като много желаещи за Евразийския съюз няма - програмата максимум е България да се превърне в несъстоял се член на ЕС и НАТО, като се плени волята и торпилира решителността на управляващи и управлявани.

Има граници на арогантната лъжа, които не могат да бъдат толерирани. Това, което ме изненада, е липсата на филтри в медиите посредници и плахата реакция от управляващите.

Дегизирани като български руски националисти у нас пуснаха анкета с фалшива теза, в която питат дали сме

готови да участваме в нападение на НАТО срещу Русия - разчитайки на традиционните симпатии на българина към историческата ни свързаност с историята на руския народ.

Истинският въпрос всъщност е дали сме готови да участваме в защитата на суверенитета си

срещу новата руска имперска агресивност, и то не на чужда, а на своя територия. Въпросът е и дали и доколко сме съгласни да позволим на партньорите ни да ни помогнат да отразим руската заплаха при очевидната ни неспособност сами да се защитим. И още - дали сме в състояние да изолираме вирусите на вътрешна дестабилизация и растящата заплаха от вътрешни предателства, които в "часа на истината" могат да ни направят лесна плячка и ненадежден партньор.

Не войски на НАТО се намират на руска територия, а руски войски се намират на територията на доскоро спрягани за "братски" Молдова, Украйна, Грузия. Достатъчно е човек да проследи еволюцията във военната доктрина на Кремъл и най-вече географията на "зелените" човечета, за да се убеди, че не става въпрос за теоретично "дрънкане" на оръжия, а за реална употреба на военна сила, за инфомационна и пропагандна война.

Не наши или самолети на НАТО лазят по нервите на руската противовъздушна отбрана

над териториалните води на Русия, а руски изстребители принуждават военните ни да харчат оскъдния ресурс в нашето въздушно пространство. Руски стратегически бомбардировачи, кораби, подводници, изстребители постоянно провокират готовността на отбрана-

та на страните от НАТО.

Атаката, която се надигна срещу "повиквателната" към резервистите, не може да се квалифицира по друг начин освен като държавна измяна. Трябва ли да се убеждаваме, че новите поколения българи дори не могат да държат оръжие, да не говорим да имат елементарни бойни умения - самостоятелни и в рамките на колективна военна единица.

Можем да спорим колко голяма и вероятна е заплахата от конфликт, който да изисква боеспособна армия, но тя съществува до степен да не може да бъде пренебрегвана. Не става дума да нападаме когото и да било, а да се отбраняваме и в тази отбрана ни трябва боеспособни войници и бойни единици.

Не само че нямаме адекватен военен бюджет, но и армията е свита под санитарния минимум

и ако имаме боеспособни единици, то те в значителната си част са зад граница. Не можем да воюваме с МВР, макар че при отразяване на хибридната опасност МВР има водеща роля. Само слепец може да пропусне да забележи връзката между българското задкулисие, организираната престъпност и външните дестабилизиращи фактори.

Моето поколение знае как се воюва - по-не бяхме подготвени - и съм сигурен, че за връстниците ми е непонятно как е възможно български медии да тъкуват като посегателство върху личната свобода или права повиквателна, при това за опересняване на списъците на резервистите. И медиите съучастват в тази манипулация, като усилват посланията на чужди нам сили и техните проводници. Няма да казвам колко авторитетни за отслужили като мен в българската армия могат да бъдат

призиви от "скатели" се от военна служба.

Прочетете откритите справки за дейността на руските тайни служби и "хибридни" заплахи в страните от ЕС и НАТО - неслучайно за пръв път след края на студената война имаме и първите арести и съдебни производства на Запад.

А каква част от тази "тиха" война остава скрита за публиката?

Тревожно е, че българските служби отдавна не работят активно по неутрализирането на подобен тип заплахи, особено по направление проникване в икономиката, в банковата и финансовата сфера и неправителствени организации. Надеждата е в интегриране на усилията им заедно с техните западни колеги от ЕС и НАТО. У нас все още се смята за политкоректно да не се назовават нещата със собствените им имена, в това число да не се говори за последствията от кризата в отношенията на Запада с Русия.

Почти никой не говори за растящата активност на информационната и пропагандна машина на Кремъл на наша територия и за нуждата от информационно противодействие у нас и зад граница. Отново за да не тревожим "излишно" обществеността.

За никого не е тайна свързаността на "Кой?" с руския или кримския фактор - доказателство за което е, че КТБ бе ударена именно когато Цветан Василев отказа да издаде гаранции за посочените от "Кой?" фирми в проекта "Южен поток". Пак "Кой?" е мобилизирал целия си ресурс, за да докаже, че няма военна заплаха от Русия или от ескалация на събитията в Украйна.

Люшкаме се в илюзията, че сме остров на стабилност в бушуващото море на конфликт,



който отдавна не е вече само регионален - а глобален и геостратегически - т.е. залозите са на "живот и смърт" и няма как да ни се разми-не.

Не зная дали си давате сметка, но нещата в и около Източна Украйна вървят към въоръжен конфликт, чиито граници трудно могат да се предскажат. Както посочих преди време - ясно е, че Путин няма бъдеще, но преди да си тръгне, той ще разтърси света и нас.

Освен конкретната зона на бойни действия в Източна Украйна театър на хибридната война е практически целият фронт на съприкосновение между Русия и Запада. България вече е въввлечена в този конфликт не по своя воля и трябва да заемем адекватна позиция.

Абстрахирането от кризата, която ни залива, не е опция, нито снижаването.

Дестабилизационните усилия спрямо България са форсирани. Институциите и гражданското общество ще бъдат подложени на стрес тест по целия периметър на зони на уязви-

мост - като започнем от енергийната ни сигурност и завършим с банковата сфера. Колкото и логични да изглеждат усилията ни да укротим "топката" и да не излъчваме огледална агресивност или силова дипломация - нито НАТО, нито ЕС могат да си позволят да изглеждат слаби или да отстъпят от позициите си. Ако отстъпят, те ще престанат да съществуват.

Пропастта между последния шанс на Путин - силовата и военна конфронтация в Украйна, и битката на Европа за нерушимостта на границите и позитивната интеграция изглежда непреодолима.

Въоръжен конфликт е само въпрос на време. Западът може да си позволи да не търси военно решение - защото икономическите, търговските и финансовите санкции работят и той постига целите си. Путин няма друг полезен ход освен играта "ва банк", включително ескалация на употребата на сила зад граница.

От нас зависи дали ще успеем да защитим европейското си бъдеще и България.

От блога на автора

Санитарането не е просто лепене на изолация

Камен ЗДРАВКОВ

Много години в България се говори за поддържане на сградния фонд, за необходимите периодични ремонти, контрол върху преустройствата. И докато тук само се говори, във всички държави, където са строени бетонни блокове по промишлен способ, вече преобработиха стотици хиляди жилища. Това е особено важно за панелните сгради, защото извън огромната загуба на енергия и неестетичния им външен вид, те са застрашени от компрометиране на конструкцията, ако се допусне заварките между отделните панели да бъдат изложени на атмосферните влияния. Затова във Франция, Германия, Унгария, Чехия, Полша и Румъния отдавна взеха мерки. Панелните квартали в тези държави вече нямат нищо общо с първоначалния сив изглед. Отделен е въпросът, че на повечето места самото строителство е извършено по-качествено, отколкото в България. Сега и у нас обновяването на бетонните сгради дойде на дневен ред. Очаквано плановете за безплатно санитаране вече се обсъждат с различни проблеми - от неразбиране, през откровена глупост и традиционна подозрителност до абсурдно отхвърляне "по партийен принцип".

Има ли смисъл от санитарането?

"Санитаране" идва от латинската дума sanus - "здраве, оздравяване". Т.е. тук не става въпрос за разкрасяване и боядисване. На първо място говорим за установяване на реалното конструктивно състояние на дадена сграда - дали тя е устойчива и отговаря ли на изискванията, които са били валидни към датата на построяването ѝ. И едва след като това се установи, могат да се планират всички дейности за привеждането ѝ във вид, максимално близък до съвременните норми за устойчивост и енергийна ефективност. Някои задават въпроса - не е ли по-



добре изобщо панелните блокове да се съборят и на тяхно място да се построят нови сгради. Сигурно е по-добре, но това не си го позволяват дори много по-богати от нас държави. Още по-малко могат да си го позволят огромният процент от собствениците на такива апартаменти. В Европа събориха само блокове с доказано повредена конструкция или такива, които се намират на много апетитни терени, за които инвеститорът е готов да плати цялата сметка по преместването на живеещите на друго място, за да придобие парцела. Възможно е и в България да се случи така, но това няма да е масова практика. А иначе като планировка, удобство и разпределение на помещенията често панелните апартаменти не отстъпват на някои от новите жилища. Най-малко обявената в нотариалния акт площ е реална, без да включва дебелината на стените и значителен процент е с изолацията, течовете от покрива и тръбите, изроненото покритие на фугите между панелите, лошото състояние на общите части. И не

на последно място събирането на едно място на хора с доста различен манталитет и възможности. Но това май не е валидно само за големите градски жилищни комплекси.

Кои са актуалните митове, които активно се разпространяват с днешната дата:

● **Мит 1:** Ако вече съм си санирал собствения апартамент, няма защо да се занимавам със санитарането на целия блок.

Поставянето на изолация на отделни апартаменти не е санитаране на сградата. Не е дори и санитаране на конкретното жилище. Железобетонът е добър мост за провеждане на температурни разлики. Така че дори вашият етаж да е облепен с изолация, ефектът от това е нулев или минимален, при условие че не е опакована цялата сграда. Освен това със сигурност, преди да си изолирате жилището, никой не е проверил здравината на заварките между панелите. А как санираха "своята част от покрива"? Ясно е, че дори въпросът е

неадекватен, когато става дума за многоетажен блок. Ами мазетата, ами общите части... Максимата "На мен не ми духа и не ми тече" не работи в дългосрочен и дори в средносрочен план, когато става въпрос за апартамент в блок. Ако цялата сграда не се поддържа, с годините ще стигне до аварийно състояние и тогава няма как вашата крепост на някой от етажите да остане непокопната. Елементарно е, но явно трудно се разбира.

● **Мит 2:** Няма как да е безплатно, след това ще ни искат пари.

Разбира се, че нищо не е безплатно, парите в крайна сметка идват от общия бюджет, т.е. от всички нас. И в случая тази солидарност е напълно оправдана. Хората, които не живеят в блокове или обитават нови сгради, реално с данъците си ще подкрепят обновяването на старите мастодонти. Нека си дадем сметка, че така по принцип функционира всяка държава. Не всички ползват всяка магистрала, всяка жп линия или каквато и да е инфраструктурна придобивка, но от общия държавен бюджет се отде-

лят пари за тези строежи. Ако се допусне деградацията на сградния фонд да продължи, това ще се превърне в тежко социално и икономическо бедствие, което няма да подмине и обитателите на нови апартаменти. Само си помислете какво ще се случва в едни квартали с рушащи се блокове, чиито обитатели са принудени да ги напуснат аварийно. Дали собствениците на апартаменти в стърчащите между старите панели нови кокетни блокчета ще се чувстват нормално и безопасно в една западаща градска среда? И изобщо коя държава може да си позволи една трета от населението ѝ да бъде застрашена да остане на улицата, и то без природно бедствие? А по отношение на страховете, че ще се искат пари от притежателите на апартаменти в санираните сгради, това няма как да стане, без предварително да има обявено и подписано такова задължение.

● **Мит 3:** Санитарането ще наложи да напуснем временно апартаментите си.

В нашия случай това няма да е така! Вярно е, че в Германия напри-

мер санираха блоковете, като преди това ги освободиха от обитателите им, но там собствеността е общинска или държавна и на наемателите бяха предоставени временно или за постоянно други жилища. В България апартаментите са си на собствениците и никой няма да ги изважда оттам най-малкото защото те няма къде да отидат. В жилищата ще се влиза само за обследването на сградата. Самите ремонтни работи ще се извършват отвън и в общите части - входни помещения, стълбищни площадки, мазета, тавани. А ако се налагат някакви дейности в самите жилища, например смяна на дограма или на тръби, те ще се извършват в присъствието на собствениците, в рамките на обичайното време за това и без напускане на апартаментите.

● **Мит 4:** Нищо съществено няма да се промени след санитарането.

Да, при досегашното "санитаране на парче" нищо значимо не се променя. Но ако цялата сграда се обследва и обнови според съвременните правила, това ще доведе до съвсем различно качество на обитание. На първо място, ще се гарантира сигурността на конструкцията, защото влагата няма да има достъп до заварките между панелите. Термоизолацията ще намали значително разходите за парно или друго отопление през зимата и за климатик през лятото. Ще престанат течовете при дъжд от покрива и от стенните фуги. Нови ВиК и електроинсталации ще гарантират стабилност и безопасност при използването им. Енергоспестяващи крушки по стълбите и в асансьора ще намалят допълнително сметките. Самият блок вече ще изглежда по друг начин и отвън, и отвътре. Както и кварталът, ако в него повечето блокове са санирани. Това ще повиши значително и цената на жилищата при продажба и отдаване под наем.

Мила ХРИСТОФОРОВА

В последните години стана традиция броят на свободните места в университетите да е по-голям от този на абитуриентите. За всеки завършил гимназист има поне две места във висше училище, които чакат избора му. Освен това около една десета от випуска заминава да учи в чужбина. И въпреки това част от младежите избират не университети, а така наречените "фабрики за дипломи", които не са акредитирани от никоя агенция за висше образование и на практика не дават такава. Дали изборът им пада върху тях умишлено, или просто са подвеждани от рекламите, може само да се гадае. Има обаче няколко начина, по които все пак може да отсеем ментето от истинския университет.

Когато избирате висше училище в чужбина, не разчитайте на уебсайта му. Някои от най-фалшивите университети в света имат добре разработени сайтове, на които с картинки, видеа и графики ще ви обяснят, че сте избрали нещо изключително престижно. Такъв е например университетът Роквил, който се предполага да е от САЩ, въпреки че е базиран в Пакистан, а кампусът му е виртуален. Всъщност от него са се отrekli и Тексас, и Орегон, където явно е опитвал да обучава.

Ако харесате висше училище благодарение на сайта му, първо проверете дали е акредитирано, съветват специалисти. Неотдавна у нас бе експертът от Европейския регистър на агенциите за акредитация Колин Тюк, който препоръча в такива случаи да отворите сайта на съответната агенция в

Как да разпознаем университетите



страната и да проверите признава ли тя висшето образование, давано от този вуз. Другият начин да направите проверка е да надникнете в страницата на самото образователно министерство на съответната страна. Всяка такава институция със сигурност качва имената на университетите, чието съществуване е разрешила официално. И въпреки това има уловки. Може например да изберете британски университет, който обаче има бази в други страни - Испания, Италия, Гърция. Ако искате да учите в някой от филиалите му, проверете и дали въпросната страна акредитира съответния филиал. Доста висши училища изнасят обучение в страни, които отказват да го признават. Гърция например акредитира само собствените си държавни университети. Въпреки това един британски университет е изнесъл обучението си в Солун и наши студенти, които отиват да следват там, след това редовно имат проблеми с признаването на дипломите си.

Всички университети, които се опитват да ви пробутат измамна диплома, имат в името си думата "международен".

Бъдете нащрек, ко-

гато я видите - не всеки вуз с подобно име мамми, но все пак е добре в такива случаи да ви светне червената лампичка. Друга съмнителна индикация е, че на страниците на подобни университети често липсват таксите. Обикновено легитимните вузове ги публикуват.

След като установите дали университетът е истински, добре е да направите проверка за съответната специалност. Специалистите от НАЦИД (Националният център за информация и документация) твърдят, че има регулирани специалности, например право, за които страната ни има специфични изисквания. Ако те не са покрити, няма да признае дипломата ви дори от най-престижния вуз. Всъщност именно с правото най-често възникват подобни проблеми - и студенти, плащали прескъпо и дори теглили кредит, за да завършат в чужбина, на финала се оказват с лист хартия, който не е признат у нас. Българските държавни образователни изисквания към завършващите право е те да са учили пет години, да са излезли със степен "магистър" и да са положили три задължителни държавни зрелостни изпита. В същото време в Англия можеш да вземеш бакалавърска степен по право и за три години, затова често британс-

ките дипломи по юридически науки не се уважават. Начинът в такива случаи е вече завършилият младеж да "доучи" и да вземе допълнителни изпити, за да може да практикува в българската съдебна система.

Ако искате на всяка цена да завършите право в чужбина, по-добрият вариант е Франция,

като изкарате плътно трите образователни степени, които предлага тя. По този начин ще имате петгодишно обучение и нужния хоруриум, затова дипломата ви ще бъде призната. Такива проблеми възникват понякога и с другата регулирана професия - архитектурата. Затова при избора на университет проверете специално дали след това ще ви признаят дипломата. Можете да изпратите запитване по имейл и до НА-

ЦИД - няма да ви откажат отговор.

Друг често срещан проблем при избора на образование в чужбина е избирането на легитимно учебно заведение, което обаче дава професионално, а не висше образование, или пък само допълнителна професионална квалификация. Най-често такива проблеми възникват с обучението по хотелиерство и ресторантьорство в Швейцария. Страната има десетки учебни заведения, при това скъпи, които осигуряват много добра професионална квалификация и слаба теория. Документът, който те ще ви дадат, може да се цени в бранша, но няма да ви послужи, ако искате да работите на позиция, за която е нужно университетско образование. Най-често, когато идват у нас на образователни изложения, тези университети посочват, че са акредитирани примерно от местната асоциация на хотелиерите или някоя друга браншова организация. Пропускат обаче да кажат, че не са акредитирани от собственото си министерство на образованието. Затова е добре да знаете, че всъщност **в Швейцария има само 17 университета, които дават висше образование.**

Част от останалите имат просто кантонална акредитация - тоест обикновено разрешение да обучават на територията на кантона. Проблемът е, че след

като платите десетки хиляди франкове за следване в такъв колеж, накрая може да се окажете с лист хартия, валиден само в определен швейцарски кантон.

Една от често срещаните грешки при кандидат-магистрите пък е, че те вземат за магистърска степен някои курсове, които са само за продължаващо и надграждащо обучение. Една от тези степени е прословутата MBA - "master" по бизнес администрация. Тя е насочена предимно към работещи хора, доста скъпа е и носи престиж, но не е магистратура. Има хора, които не го знаят, завършват я и после идват да легализират дипломите си у нас. Естествено, на финала са разочаровани. Същият проблем има и с друга подобна степен, този път по публична администрация.

В момента легализирането на дипломи у нас вече не е тежката и тромава процедура отпреди години. Тя трае по-малко от месец - колкото е нужно, за да се провери не само дали съответният университет е легитимен, а и дали въпросният младеж действително се е дипломирал там. Срещат се случаи на фалшифицирани дипломи, някои от които дори с груби правописни грешки. Сред страните, от които най-много българи са легализирали дипломите си, са Русия и Великобритания. От първата сме признали 227 тапи, а от втората - 223. Следват САЩ със 131, а после е Германия със 118. На пето място е Украйна с 97. Това донякъде оборва мита, че завършилите в чужбина не се завръщат, защото мнозина от тези хора легализират дипломите си именно за да намерят работа у нас. Има и много чужденци, които също искат дипломите им да бъдат признати в България. Сред най-екзотичните страни, от които сме признали дипломи, пък са Япония, Китай и Нова Зеландия.

Шест фалшиви вуза обучават у нас

В България продължават да съществуват университети, които обучават без разрешение на МОН. Това са шест "висши" училища - три от Украйна, две от Русия и едно от Великобритания. Те бяха давани на прокурор от двама поредни образователни министри - Даниел Вълчев и Сергей Игнатов, но явно въпреки това не са преустановили обучението. 21 души са се опитали да заверят документи от тези университети, които най-често обучават по икономика или бизнес и финанси. На всички е отказано. Преди време бяха хванати дори и митничари, опитали да докажат образователен ценз с дипломи от тези "университети". Повечето от тях не са посочили дори такси, а ги казват само на кандидатите, които лично отидат на място, за да се запишат. Няма и приемни изпити или специални изисквания за резултати от матура.



България цяла... в един буквар само

Гергана ПЕТКОВА

Издателство "Просвета" отбелязва своя 70-годишен юбилей с уникална книга. "Българският буквар. 200 години в първи клас" въвежда читателя в пълното наследство от текстове и илюстра-

ции, с които са израснали много поколения. Авторите Антон Стайков и Свобода Цекова са изследвали 130 от най-интересните български буквари от 1824 до 2014 г. Парадоксално е, че въпреки типовата структура и постоянните теми всеки буквар е различен и чувствителен към бита, социални-

те отношения, културата, кризите и конфликтите на времето, в което е писан. Освен върху текстовете от именити български писатели книгата фокусира вниманието и върху илюстрациите на 55 емблематични за българското изкуство художници. Техните рисунки съдържат богата и разнообразна

информация за това как са живели българските деца, какви знания за България и за света са получавали.

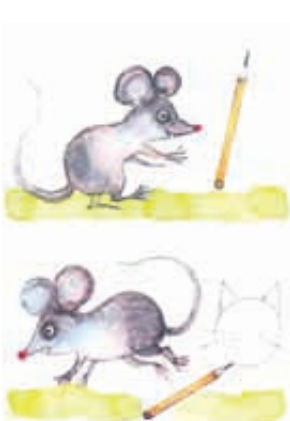
В този брой публикуваме нов откъс от книгата "Българският буквар. 200 години в първи клас", която ще се появи на пазара през февруари. Той представя първия буквар на Прехода.

1990 - 2001

Нови идеи, стари машини



"Буквар за първи клас"
ДИ "Народна просвета", София.
12 издания (1990 - 2001) с общ
тираж 1 200 000. Авторы Стойка
Здравкова, Петър Пашов,
Асен Босев, Атанас Цанков,
Тодорка Узунова. Художници Бо-
рислав Стоев, Николай Стоянов,
Алекси Начев, Иван Димов.



Мини-дето намери молив.
Нарисува котката.
Ето му два мус така и уни.
— Оке-де! Това е котка!
— никна то и се ятурна към
пра-та-та.

1. Съчинение по картинка

Късен следобед е. Всички са у дома. Или почти всички... Дядото чете вестник на дивана в дневната. Бабама плете до него. Майката поставя ваза с цветя върху масата. А дъщерята вече е написала домашните си и сервира чай. По-малкото братче е на пода и бута камионче. Всички са потънали в приятни занимания. Дори котето сладко дреме върху рогозката. И никой не забелязва как таткото - с бомбе, шлифер и дипломатическо куфарче - отваря вратата. Невидим татко!



Мас, газ, кибрит...



Първият буквар на Прехода излиза по-малко от година след 10 ноември 1989 г. Това време е крайно недостатъчно, за да отрази ефекта от политическите трусове, които за дълъг период напред ще "разстройват" генетичния код на социализма във всички сфери и ще динамизират обществените отношения. Колективът, работил върху изданието, включва автори, участ-

вали в създаването на предишни буквари, но илюстраторите, макар и със завиден опит, са "дебютанти" в букварния жанр. Като изключим обратните фолклорни сюжети и авторските произведения - останалите текстове звучат инертно и механично. Като че ли изсмукването на идеологическите сокове внезапно е оставило образователната система, а и тази конкретна авторс-

ка концепция, вяла и без фокус. За сметка на това илюстрациите са жизнени, макар и неравностойни в художествените си качества. Моливните рисунки, свободно оцветени, отворени за прочита на детската фантазия, изпълват буквара с въздух и движение. Вече я няма статиката на партийните символи, над детските глави не тежат портретите на социалистическите ли-

дери, улиците са свободни от контролирани манифестации, а обществените сгради и заводи - от пустословни лозунги. А това, че в илюстрациите са вкрани елементи от детската рисунка, задава особена оптика върху историческия момент - времето е "тяхно", на децата, и тъкмо затова е изобразено несръчно, несвършено, но енергично и пълно с обещания.



Отлитат умните машини...

Този буквар, макар и от времето на "свободното слово", дава чудесни примери за "езоповски език". Великолепните утопични стихове "Към Космоса в простори сини / отлитат умните машини", илюстрирани с румени дечица в скафандри, които пътуват към далечни планети, са пророческа визия за неспирния поток към имигрантските лагери в Австрия и Италия, който ще се запечата в езика и в колективната памет с израза "изтичане на мозъци". Умните машини заминават; и в де-



мократичната родина, и в следващите буквари остават ръчните шевни машини, ръждаващите комбайни, т.нар. компютри "Правец", електрокарите и други реликви от плановата икономика. В този първи буквар на Прехода буквите се появяват една по една върху тремав робот с антенка, а куклите носят старомодните имена Ганка и Гинка.

2. Къде е заровена раята?

Вече век и половина дядото продължава да вади рая в българските буквари, а цялото домочадие самоотвържено му помага. Този "заинатил" се патриархален сюжет свършено, макар и с обратен знак, илюстрира фундаментална черта от народопсихологията ни - склонността към разединение. В същата бразда, където е заровена раята, първокласниците наизустяват пословицата "Съговорна дружина планина повдига" и изкопават корените на националния девиз "Съединението прави силата" и снопа пръчки още от Кубратова България. Но никога не научават, че същия национален девиз имат Грузия, Белгия и Хаити.



обаче по никакъв начин не прозират страхът и отчаянието на хората. Все пак една от илюстрациите изобразява състарена и съсухрена жена, прегърнала внучето си с тревога. Наоколо е празник, има балони и подаръци, а отворената кутия с шоколадови бонбони е немислим лукс. Все още нито един бонбон не е изяден. Бабиният свят, който четем - "Бъди добър, бабин Борко!", - ще се окаже неадекватен на "ценностите", които годините на Прехода налагат. И като че ли бабата на Борко вече го знае...

Вероятно много от дечицата са сричали този буквар подобно на своите прабаби и прадедовци, на свещ и газена лампа... докато са пропускали новия епизод на "Алф" или "Семейство Флинтстоун" по телевизията. "Лукановата зима" идва с тежък режим на тока и водата, празни магазини, купонна система и безкрайни опашки. В буквара от онова време

1. Кои са художниците

Букварът е илюстриран от две поколения художници - Борислав Стоев, Иван Димов и Николай Стоянов и по-младия и енергичен Алекси Начев. Чрез избора на ескизна техника те постигат унифициран стил

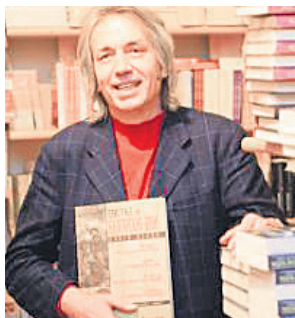


2. Кои са тези машини?

"Машина мете и мие. Машина пише. Машина оре и сее. Машина шие. Машина лети. Машина копае."

ЗАПАДНАТА ПРЕСА ЗА ГЕРОИЗМА НА БЪЛГАРСКИЯ ВОИН

● Ехото на Балканските войни в британския и френския печат, събрани в луксозно издание



Излезе дългоочакваната втора книга от трилогията "Светът за българския воин" (ИК "Изток-Запад") на журналиста от Би Би Си и българолог Димитър Димитров. Цялото заглавие на новото издание е "Светът за българския воин. Балканските войни 1912-1913".

Луксозната книга прилича на албум и включва множество илюстрации и текстове от западната преса, посветени на българските войни по време на двете Балкански войни (1912-1913). Тук авторът е събрал всички фактически доказателства за славата на родната ни армия, отразени в западните периодични издания от това време - британските "Graphic", "Illustrated London News" и "Times", френския "L'Illustration", италианския "Illustrazione Italiana" и др. Мнозина смятат, че Балканската (1912) и Междусъюзническата (1913) война, известни на Запад под общото название Балкански войни, са периодът в историята ни,

когато нацията е била истински и изцяло обединена около националния идеал. Действително това обединение е дало силен отзвук не само на фронта през 1912 г., но и на Запад.

В тази втора книга Димитър Димитров събира всичко съхранено по темата, което в голямата си част е било публикувано на първите страници на тогавашните западни печатни издания. Това е периодът според Димитров, когато светът научи българския боевик: "На нож!". Присъствието на чуждестранни журналисти и автори, интересували се живо и препредаващи последните новини за събитията на Балканите в собствените си страни, не е останало

незабелязано и у нас.

За разлика от първата книга, която покрива цели 70 години, от Нишкото въстание, 1841 г., през Априлското въстание, продължава през Руско-турската война, създаването на нова българска държава, Сръбско-българската война, детронирането на княз Александър до избирането на Фердинанд за княз, втората книга се концентрира върху преломния период в новата ни история - двете Балкански войни 1912-13. Третият том ще покрива периода от Първата световна война до 1944 г. Това луксозно издание излиза в 400 страници, които съдържат над 300 черно-бели и цветни илюстрации. На корицата на книгата е из-



ползван фрагмент от илюстрация, публикувана в Journal des voyages, 11.05.1913 г.

Авторът Димитров обобщава: "Искрено се надявам включените предимно - но не само - хвалебствени описания и коментари от публикации на главните световни езици да послужат не само като стимул за национална гордост, но и за размисъл, за подтик да се опита да си съставим с по-

мощта на погледа отвън една може би по-всеобхватна и по-реалистична картина на неслучилото се величие. Същевременно те ще ни подсещат да отдаваме в мислите си и дай боже с делата си почит към паметта на десетките хиляди, които от нивите си, от родните си домове, от хубавите си служби, дори от чужбина тръгваха окрилени и сияещи за фронта, но не се завърнаха".



Софийското сдружение "Маргиналия" организира в края на миналата седмица двудневен фестивал в Берлин, озаглавен "Дни на българската култура - нови европейски акценти". Домакин беше Българският културен институт в лицето на неговия директор Панчо Чернев. А главният организатор на това арт нашествие беше г-жа Юлиана Методиева, главен редактор на сайта "Маргиналия". В програмата участва и БНТ с два епизода от сериала "Под прикритие", като прожекцията беше придружена от специалното участие на Вера Анкова, генерален директор на БНТ, Севда Шишманова, програмен директор на БНТ, и актьора Влади-

ПРОВЕДОХМЕ АРТ ДЕСАНТ В БЕРЛИН

● Бяха представени книги, филми, изложби, както и бъдещото гостуване на Софийската опера и балет

мир Пенев.

Литературният критик Митко Новков се зае да представи българските издатели и книгите им от подготовения от тях щанд. След събитието се състоя среща-разговор на тема "Мислещата литература". За гражданите на Берлин беше и специалната прожекция на документалния филм "И България е една голяма грешка" със сценарист Георги Лозанов и режисьор Стоян Радев. След това се проведе дискусията за това "Какво /не /се случи в България след падането на Берлинската стена". Гостите имаха възможността да видят и друг български документален филм - "Досието на ДС". Продуцент е Комисията по досиетата, режисьор е Ема Константинова, а сценарист Лора Шумкова.

В творческата акция беше представено и голямото постижение на българското оперно изкуство, озаглавено "Събитието Вагнер". То беше посветено на предстоящото гостуването на Софийската опера и балет, което ще е от 12 до 17 септември 2015 г. Тогава в оперния театър на Бавария ще бъде изпълнена цялата тетралогия "Пръстенът на нибелунга" на Рихард Вагнер. Но сега, в рамките на феста, германските медии бяха запознати чрез 30-минутно видео с откъси от четирите заглавия, поставени в София - "Рейнско злато", "Валкюра", "Зигфрид" и "Залезът на боговете".



В края на втория ден организаторите на арт акцията поканиха зрителите да видят игралния филм "Съдилището" на режисьора Стефан Командарев. Това е копродукция, в която участват и германските продуценти Александър Рис, Кристине Хаупт от "Нойе Медиополис филм продакшън". След края на прожекцията гостите на феста се срещнаха със Стефан Командарев, Асен Блатечки, Александър Рис и Кристине Хаупт и имаха възможност да участват в дискусията за "Българското кино и световния бежански процес".

Диктаторът Стамболийски е свален с военен преврат



Акад. Григор Велев

Днес ще продължим временно прекъснатия ни разговор за управлението на земеделския съюз, на което слага край държавният преврат на Военния съюз на 9 юни 1923 г. Защо се стига до такава развръзка?

- Политическата ситуация в страната по време на управлението на Александър Стамболийски достига критичната си точка. След като опозиционните партии не могат да се справят с правителството по конституционен път, те подкрепят инициативата на Военния съюз, председателстван от полковник Иван Вълков, за подготовка на военен преврат. Той е осъществен от Военния съюз с подкрепата на Народния сговор, Конституционния блок и Националния либерална партия, както и от БСДП (широки социалисти).

- Как е извършен самият преврат?

- Подразделения на Военното училище и софийският гарнизон вземат всички стратегически точки в столицата. Арестувани са всички земеделски министри. Оранжевата гвардия е разоръжена и 700 гвардейци са арестувани. Възникнали спорадични селски бунтове в Пазарджишко, Плевенско, Радомирско и Асеновградско, но те са потушени. А Стамболийски е убит от четата на македонския войвода Величко Велянов. В преврата активно участие взема ВМРО автономисти. Съставено е правителство начело с проф. Александър Цанков, председател на Демократическия сговор.

- Как се възприема този преврат извън страната?

- Превратът срещу правителството на Стамболийски се посреща с тревога в Белград.

● С акад. Григор Велев разговаря Румен Леонидов

Той се разглежда от сръбска страна като проява на реваншизъм. Това предизвиква струпването на сръбски войски по българската граница. В този критичен момент благодарение на намесата на Англия, Франция и Италия не се стига до интервенция.

- А какво е поведението на Българската комунистическа партия към военния преврат?

- БКП се отказва да участва в защита на земеделското правителство. Според ЦК на БКП става дума за уреждане на сметки между селската и градската буржоазия.

- А какво става с националната ни кауза по време на управлението на Демократическия сговор?

- След деветоюнския преврат Военният съюз и Народният сговор решават да насочат усилията си за създаване на нова партия, която да работи за стабилно политическо и парламентарно управление на държавата. След като Конституционният блок се разпуска, три от партиите - Демократическата, Радикалдемократичната и Обединената народно-прогресивна партия, които участваха в неговото конструиране, образуват "Съюз за демокрация". На 10 август 1923 г. Съюзът за демокрация се обединява с Народния сговор и основават Демократическия сговор, който съществува до забраната на партиите през 1934 г. След 1924 г. поради политически противоречия от сговора се отделят две от старите партии.

От създаването до закриването на Демократическия сговор в него се оформят три политически течения - на Александър Цанков; на Андрей Ляпчев и на Атанас Буров. Всички политически дейци на Демократическия сговор са патриоти и са работили дълго и упорито за реализирането на българската национална кауза.

- Какво е икономическото състояние на страната по това време?

- През този период

икономическото състояние на страната е тежко. Безработицата е голяма. Социалното напрежение достига висок градус. Това създава предпоставки за широко обществено недоволство, което се експлоатира от комунистите за техните политически цели.

- И се стига до Септемврийския метеж през 1923 г.?

- Да, но преди това, през юни 1923 г., Коминтернът в Москва взема решение в България да се вдигне "антифашистко" въстание против новата власт. На заседание на ЦК на БКП, проведено от 5 до 7 август 1923 г., пристигналият от Москва Васил Коларов, тогава председател на Коминтерна, заедно с Георги Димитров налагат решението на Коминтерна за вдигане на "антифашистко въстание". На това решение се противопоставят енергично Димитър Благоев, Тодор Луканов и други членове на Централния комитет.

- От кога до кога трае този метеж?

- От 22 до 30 септември 1923 г. септемврийският метеж е в действие. Хиляди селяни и граждани са тласнати да участват в безсмислена политическа авантюра, подготвена от една чуждестранна сила, от Коминтерна. И то в името на параноидната идея за "перманентна революция" и установяване на "работническо-селска власт". Участващите в метежа са неорганизирани и недобре въоръжени. Те са предвождани от своите партийни фанатизирани водачи и "агентите на Коминтерна" и влизат в братоубийствени схватки с редовната армия. В резултат на тази кървава авантюра загиват хиляди невинни хора.

- Какво се случва след потушаване на метежа?

- Организаторите му Васил Коларов и Георги Димитров, виждайки печалната развръзка, изоставят метежа и набързо се прехвърлят в Югославия. Те оставят зад себе си смъртта на около пет хиляди заблудени от тяхната партийна демагогия и полити-

ческите им амбиции неоориентирани хора. Това е поредната антинационална и антибългарска акция на българските комунисти, които са зомбирани и превърнати в безродници, защото за тях националните интереси и националната кауза не съществуват. А само целите на Комунистическия интернационал, управляван от Сталин.

- Каква е външната политика на тогавашното правителство?

- В изключително сложната и нестабилна обстановка на България не ѝ остава нищо друго освен да избере позицията на държавен неутралитет и необвързаност. Тази линия на политическо поведение допринася за премахване на репарационните ни задължения, както и до разрешението на страната ни да се въоръжи - пробив, който България дължи на провеждащото се превъоръжаване на Германия. От тук нататък българските правителства полагат усилия за мирна ревизия на Ньойския мирен договор.

- В какво се изразяват първите опити за тази ревизия?

- Времето след Първата световна война е наситено с напрежение между България и нейните съседи. Те създават железен обръч около нашата страна, стремяйки се да подчинят на своята воля българската държава и нейните правителства. Затова се стига до смяната на проф. Ал. Цанков с Андрей Ляпчев и смекчаването на режима се отразява благоприятно на външнополитическите позиции на България.

Постигнато е извест-

но сближаване на дипломатическите отношения с Италия, без да се постигне напредък в отношенията със страните победителки. При тези политически реалности цар Борис III и Андрей Ляпчев, министър-председателят на България по това време, разработват идеята за мирна ревизия на границите. Дватама виждат в поведението и стремежите на съседите ни системен опит за съсипване на страната ни, но най-вече икономически. За целта създават режим на всестранни затруднения на държавата ни в икономически план.

- А какъв е нашият стратегически контраплан срещу този на съседните ни?

- Правителството ни тръгва системно да наблюдава и търси най-слабото звено във веригата, която плътно притиска снагата на страната. Полагат се усилия за търсене на нови пътища и подходи, за да се установят добросъседски отношения при условия на неангажираност, която не би навредила на националните ни интереси. По същото време се наблюдава непрекъснато засилване на ревизионистичния натиск на Германия, от което България прави опит да се възползва. Сключва се и първият следвоенен търговски договор с Германия, която през следващите години се превръща за нас във деш търговски партньор.

- Стигнахме до вечернието на Втората световна война, но за нея ще продължим в следващия разговор...

- Да, само две думи за финал. Идва моментът, когато българс-



Проф. Александър Цанков



Полк. Иван Вълков



Андрей Ляпчев

ките правителства открито поставят условията ни за присъединяването към един или друг военен пакт. И решението е продиктувано в максимална степен от желанието им да осъществяват националната ни кауза - обединение на българския народ, живеещ в Добруджа, Македония, Беломорска Тракия и Западните покрайнини.

БЪЛГАРСКА АКАДЕМИЯ НА НАУКИТЕ И ИЗКУСТВАТА БЪЛГАРСКИ ИСТОРИЧЕСКИ ФОРУМ

СЪОБЩЕНИЕ

На 12 февруари 2015 г. (четвъртък) от 18:00 часа в семинарната зала на БАНИ на името на акад. Емил Александров Българският исторически форум към академията (централен вход на ВМА, партер, вдясно) ще проведе дискусия на тема "НАРОДНИЯТ СЪД - ПОУКИТЕ НА ИСТОРИЯТА". Лектор: дописен член Стоян Райчевски.

Канят се всички желаещи да присъстват на форума и да се включат в дискусията.
Входът е свободен!

Моят град

СОФИЯ

Зала "Триадица" отваря врати до месец



Спортна зала "Триадица" ще бъде отворена след ремонт в началото на март, когато ще се играе благотворителен волейболен мач за ветерани, съобщава БТА. Агенцията цитира изказване на кмета на Со-

фия Йорданка Фандькова. Градоначалникът припомня, че през 2007 г. съоръжението е върнато изцяло на Столичната община, която е инвестирала над 2 млн. лв., за да изкупи частните дялове. През 2013 г. залата е предоставе-

на безвъзмездно на Българската федерация по баскетбол за срок от 10 години. В нея безплатно тренират деца от ученическите спортни школи. Ремонтът е на стойност над 200 хил. евро и се поема от федерацията. Г-жа Фандькова подчертава още, че общината продължава с ремонтите на физкультурните салони в училищата. Тя отбелязва, че задачата на общината във връзка с инициативата София - Европейска столица на спорта, е развитието на масовия спорт, инвестициите в спортна инфраструктура в училища, детски градини и паркове.

БУРГАС

Представят автентичен персийски фолклор

Концерт на иранската група "Бамдад" ще зарадва любителите на източната музика и далечните култури в Бургас. Музикалното събитие ще се проведе на 13 февруари от 18:00

часа в Културния дом на нефтохимика.

Атрактивните музиканти ще представят автентичен персийски фолклор, демонстрирайки звученето на различни духови и

ударни инструменти.

Инициативата се организира от Културното представителство към Посолството на Република Иран. Входът за събитието е свободен.

СТАРА ЗАГОРА

Горещ телефон информира за безплатното saniране на жилищата



От 2 февруари в Община Стара Загора работи горещ телефон 042/614 601, на който ще може да се задават въпроси относно Националната програма за енергийна ефективност на многофамилните жилищни сгради. Информация ще се получава и на място в общинска администрация. Там е сформиран и екип от специа-

листи - юристи, строителни експерти, финансиста и др., които ще разясняват детайли по програмата и различни казуси. "Общината ще оказва помощ и при липсата на информация кой е собственикът на жилище, което не се обитава в момента", подчерта кметът Живко Тодоров при срещата си с граждани по време на първа-

та разяснителна кампания в Стара Загора. "Единственото условие е тези сгради да имат минимум 36 апартамента и да са проектирани до април 1999 г.", обясни министърът на регионалното развитие Лиляна Павлова. Тя допълни, че фирмите изпълнители ще се избират чрез обществени поръчки, като ще се гледат най-изгодните цени, а продуктите трябва да са сертифицирани и да отговарят на нормите за енергийна ефективност. Общо 377 сгради в града попадат в обхвата на програмата и имат възможност да се възползват от нея. За да се санира един блок обаче, е необходимо 100% съгласие на собствениците, което означава, че дори само един да е против, обектът отпада от програмата.

БЛАГОЕВГРАД



Сотици хора се веселиха по време на надпреварата "Цар на виното 2015", която се проведе в село Дъбрава. По време на празненството специална комисия от технологи оценяваше достойнствата на повече от 20 бели и червени вина. Сред участниците в събитието, посветено на божествената напитка, бяха кметът на Община Благоевград д-р Атанас Камбитов, представители на Общинския съвет, както и много ви-

Избраха "Цар на виното 2015"

нопроизводители и гости на празника.

Новият "Цар на виното" стана Илиян Зашев, който получи короната от миналогодишния победител Ради Костов. Награди бяха раздадени и в категориите "Най-хубавото бяло вино", "Най-кокетно вино", "Най-омайно вино", "Вино-еликсир", "Най-изтънчено вино" и др. След церемонията празничното шествие се отправи към лозовите масиви на село Дъбрава, където д-р Камбитов и свети Трифон извършиха традиционното зарязване на лозите. Празникът бе подплатен с много музика и танци благодарение на изпълненията на ансамбъл "Пирин", Братя Пищолски и народната певица Румяна Попова. А като добър домакин кметският наместник на с. Дъбрава се бе погрижил за перфектната организация на мероприятиято и за всички гости имаше вина и вкусни мезета за дегустация.

ПЛОВДИВ

На 2 февруари т. г. официално бе дадено началото на петото издание на кампания "Да сме здрави", която се организира от Община Пловдив. Нейната цел е да учи децата сами да избират балансирано меню. Кампанията ще продължи три месеца и ще обхване деца на възраст пет и шест години в общо 63 общински детски заведения. През този период малчуганите ще учат за ползите от разнообразното хранене чрез забавни игри, танци и

Стартира кампания за здравословно хранене в детските градини

много награди.

Един от основните акценти е ползата от консумацията на зеленчуци, плодове и витамини за правилното развитие на децата. Децата се състезават отборно в куп тематични игри, които развиват ранните аналитични способности, както и техните двигателни умения. Родителите ще могат да продължат процеса на обучение и

у дома благодарение на тематичните листовки с основните принципи на разнообразно и здравословно хранене. През последните четири години в рамките на кампанията "Да сме здрави" бяха изнесени над 750 представления пред повече от 70 000 деца за необходимостта от разнообразно хранене, употреба на плодове и зеленчуци и редовно спортуване.

ВАРНА

Лондонският оркестър игва в морската столица

Легендарният оркестър "Academy of St Martin in the Fields" ще открие на 7 април Европейския музикален фестивал във Варна. Историческото гостуване е по покана на агенция "Елит мюзик", която е организатор на събитието. Една от емблемите на съвременното симфонично изкуство ще се представи в оригинален състав само от струнни инструменти. Специални гост-солисти ще бъдат обичаният от публиката български цигулар Марио Хосен и виртуозният британски контрабасист Леон Бош. Academy of St Martin in the Fields е



един от най-записваните в света оркестри за всички времена с над 500 сесии за различни звукозаписни гиганти. Лондонските музиканти са носители на наградата "Оскар" за звук. Те записват музиката към култови филми като "Амадеус", "Английският

пациент" и "Титаник". От 2011 музикален директор на състава е виртуозният американски цигулар Джошуа Бел. Билетите за концерта могат да се купят на касата на фестивалния комплекс, в мрежата на Ивентим и в интернет от eventim.bg.



Владислава ГАЛЕВА,
юрист

При дарение също се дължат данъци



Една от най-разпространените възможности за прехвърляне на собственост е сделката, наречена дарение. Предмет на дарението могат да бъдат парични суми или права върху движими или недвижими вещи, включително произведения на изкуството. Дарение могат да бъдат например и извършени подобрения в чужд имот. Може да се подарява вземане или дарението да се състои в опрощаване на задължение. Ако трето лице изплати задължение на длъжник към негов кредитор, това също може да се оформи като дарение от страна на третото лице към длъжника.

Дарението като юридически акт се оформя във вид на договор, при който лицето, което дарява, се нарича дарител, а това, което получава, се нарича надарен.

С договора за дарение дарителят отстъпва веднага и безвъзмездно своя собственост на надарения. Договорът се сключва между участниците в сделката и действието му настъпва веднага, за разлика от завещанието, което поражда своето действие едва след откриването му, т.е. след смъртта на завещателя. По правило договорът за дарение е безвъзмезден. Възможно е да се даряват и недвижими имоти с тежести, например ипотекирани.

Мотивите за извършване на дарения могат да бъдат различни: благодарност, желание да се покаже разположение към дарения, да му се помогне или да се иницира ответно дарение. В този смисъл безвъзмездност на дарението не означава неговата безпричинност. Обаче във всички случаи мотивът стои зад рамките

на самия договор и по никакъв начин не влияе върху неговата действителност. Ако мотивът е включен в съдържанието на договора, т.е. дарението или обещанието да се подари формално е обусловено с извършване на каквито и да било действия от другата страна, като правило води към признаването на договора за недействителен. Затова основанието на договора за дарение се явява не само желанието да се подари, а намерението това да стане безвъзмездно. Нищожен е договор за дарение, когато мотивът за сключването му противостои на закона или на добрите нрави.

Видове дарения

В зависимост от съображенията за даряването дарението може да бъде обичайно или възнаградително.

При обичайното дарение дарителят не получава нищо в замяна. Прави се по типичен повод: раждане на дете, сватба, рожден ден, нужда от средства за лечение. Обикновено то е на ниска стойност, но невинаги. Между дарителя и дарения съществува някаква връзка - роднински, приятелски или служебни отношения.

При възнаградителните дарения даренията се сключват между дарителя и дарения е имало предварителни отношения: дарителят е извършил някаква полза, която може да бъде имуществена или неимуществена, напр. спасяване на живота. Обикновено при тях не съществува еквивалентност между онова, което дарителят е получил, и това, което той дава. Поначало това, което той дава, е по-малко от това, което е получил.

В зависимост от вида на имуществото, което се дарява, даренията биват на движимо или на недвижимо имущество. Договорът за дарение на недвижими вещи или имоти се сключва винаги под

формата на нотариален акт.

Договорът за дарение на движими вещи трябва да се сключи в писмена форма с нотариално заверени подписи. Дарението на движими вещи може да стане и чрез предаване. В този случай договорът е неформален. Дарението на ценни книги или предмети на изкуството трябва да стане по реда на прехвърлянето им, който е различен в зависимост от вида на подаряваната вещ - чрез предаване, цесия или джиро.

Промяна на дарението

Договорите за дарение могат да бъдат изменени, прекратявани, разваляни или отменени само по взаимно съгласие на страните или на основания, предвидени в закона.

Тъй като дарението е безвъзмезден договор, то може да бъде отменено само в конкретно посочените в закона случаи, за разлика от двустранните договори, които могат да бъдат разваляни в общи хипотези.

Законът изчерпателно установява три случая, в които договорът за дарение може да бъде отменен, а именно когато дареният:

а) умишлено убие или се опита да убие дарителя, неговия съпруг или негово дете, или е съучастник в такова престъпление, освен ако деянието е извършено при обстоятелства, които изключват наказуемостта;

б) набеди дарителя в престъпление, наказуемо с лишаване от свобода не по-малко от три години, освен ако набедяването се преследва по тълба на пострадалия и такава не е подадена;

в) отказва да даде на дарителя издръжка, от която той се нуждае.

Тези разпоредби не се отнасят до обичайните и възнаградителните дарове.

Развалянето става по съдебен ред, като искът може да се пре-

яви в едногодишен срок, откакто на дарителя са станали известни основанията за отменяне на дарението. До изтичането на този срок искът може да бъде предявен и от наследниците на дарителя, ако той е починал преди това.

Отменянето на дарението не засяга правата, които трети лица са придобили върху подарените имоти преди отбелязването на исковата молба, но дареният дължи на дарителя обезщетение за онова, с което се е обогатил.

Даване на обещание за дарение не произвежда правно действие, а дарението на бъдещо имущество е нищожен. Нищожен е и дарението, когато то или мотивът, единствено поради който то е направено, са в противоречие със закона или с добрите нрави, а така също и когато условията или тежестта са невъзможни.

Нотариалното производство

Както вече стана ясно, договорите за дарение при прехвърляне на собственост или учредяване на други вещни права върху недвижими имоти се извършват с нотариален акт.

Участващите в нотариалното производство са лицата, чието лично изявление нотариусът удостоверява.

Дарителят е необходимо да бъде собственик на дарявания недвижим имот и да е дееспособен. Дарение,

отказ от права, даване на заем и обезпечаване на чужди задължения чрез залог, ипотека или поръчителство от ненавършили пълнолетие лица са нищожни.

Надареният може да бъде физическо или юридическо лице, както и държавата или общините. Дарението на недвижим имот може да се извърши чрез упълномощаване на друго лице или адвокат от носителя на правото на собственост.

Нотариалното производство започва с писмена молба на страните до нотариуса.

Необходимите документи, които следва да бъдат представени пред нотариуса, трябва да удостоверяват правото на собственост на дарителя. При дарение на наследствен имот следва да се представи удостоверение за наследници на наследодателя и документи, удостоверяващи правото му на собственост върху имота; при дарение на недвижим имот - съпругеска имуществена общност - следва да се представи препис от акта за сключен граждански брак; пълномощно, ако някоя от страните се представя от пълномощник; удостоверение за данъчна оценка на имота - предмет на дарение, издадено от общината по местонахождението му; писмена декларация на дарителя, че няма непогасени подлежащи на принудително изпълнение задължения за данъци;

скица на недвижимия имот и др.

Дължими данъци и такси

При дарение на недвижим имот се дължи местен данък, който се заплаща при изповядването на сделката пред нотариуса в общината по местонахождението на дарявания недвижим имот, а в останалите случаи на дарение - по постоянния адрес, съответно по седалището на данъчно задълженото лице. Данъкът се определя въз основа на оценката на имуществото в левове към момента на дарението. Недвижимите имоти се оценяват по уговорената цена или по определена от държавен или общински орган цена, а в случай че тя е по-ниска - от данъчната им оценка.

При дарение на имущество данъкът се начислява върху оценката на прехвърляното имущество в размер на:

- от 0,4 до 0,8 на сто - при дарение между братя и сестри и техните деца;

- от 3,3 до 6,6 на сто - при дарение между лица извън горепосочените.

Данъкът се заплаща от надарения. В случай, когато е уговорено, че данъкът се дължи от двете страни, те отговарят солидарно за неговото плащане. Дължат се още нотариални такси и такса за вписване.

Законът урежда изрично случаите, при които не се дължи местен данък при дарителски сделки.

ЖИВОТ & ЗДРАВЕ

10 - 16 ФЕВРУАРИ 2015

Настъпление- то на грипа

Както всяка година и тази грипът се превърна в епидемия, завладявайки все повече територии. Естествено, между най-уязвимите са децата. Вижте съветите на специалиста

на стр. 18

Мозъкът обича орехи



Продуктите, които ежедневно консумираме, могат не само да подобрят физическото състояние на организма, но и благотворно да повлияят върху функциите на мозъка. Кой хранителен продукт ще ни направят по-концентрирани и съобразителни ще разберете

на стр. 22

Да предпазим ставите от износване

Дегенеративните заболявания на опорно-двигателния апарат зачестяват. Причините са различни, но при всички положения симптомите не бива да се пренебрегват. Какви са начините да си помогнем

на стр. 25

Меню за добър сън



Много научни изследвания доказват, че безсънието не е само дискомфорт, а тежко състояние, от което според статистиката страдат около 6% от населението на планетата. Има обаче продукти, които могат да ни осигурят спокойни нощи. Повече

на стр. 26

ПРЕГРЪДКИТЕ СА ЗДРАВООСЛОВНИ

Британски учени проведоха мащабно изследване и доказаха, че прегръдките са полезни за здравето. Хората, които често се прегръщат, по-рядко и по-леко боледуват, по-бързо оздравяват от тези, които избягват допира с близки и приятели. По време на

експеримент специалистите са установили, че когато човек го прегръщат, той подсъзнателно се чувства защитен и в безопасност. В резултат настроението му се подобрява. Освен това прегръдките обезпечават известен комфорт, който е необходим на всеки

човек.

Учените са стигнали до извода, че колкото по-често се прегръщате, толкова по-силен е вашият имунитет, по-добре работят нервната и ендокринната ви система. И още - нормализира се нивото на хемоглобин в кръвта. (ЖД)



ЗАМРАЗЕНИТЕ ПРОДУКТИ СА ПО-ПОЛЕЗНИ ОТ ПРЕСНИТЕ

Нерядко замразените плодове и зеленчуци се пренебрегват като не особено полезни за здравето. Учените обаче опровергаха това твърдение и доказаха, че именно в замразените продукти се съдържат повече витамини и минерали. Затова специалистите са на мнение, че хората трябва да променят отношението си към плодовете и

зеленчуците, съхранявани във фризер. Според последните проучвания по съдържание на хранителни и полезни вещества замразените продукти не само не отстъпват на пресните, но и ги превъзхождат. Причината е, че плодовете и зеленчуците губят 80% от витамин С до три дни след като са били набрани. Времето, през което се транспортират и прес-

тоят върху сергиите на пазарите или в магазините, често е повече от 10 дни. Това отнема полезните им за здравето на хората качества. На свой ред процесът на замразяване прекратява нежелателното намаляване на витамините и минералите в плодовете и зеленчуците. А новите технологии позволяват да бъде запазен и вкусът им. (ЖД)

ИМПЛАНТ СНИЖАВА КРЪВНОТО НАЛЯГАНЕ

Група британски и американски изследователи създадоха иновационно устройство с размер на кламер, което може да снижи лошо контролирано артериално налягане. Отдавна е известно, че високото кръвно е опасно, защото често води до инсулт, инфаркт или хронично заболяване на бъбреците. Новото устройство е миниатюрен имплант, който се поставя между артерията и вената в

горната част на бедрото. Процедурата се провежда под местна упойка и продължава около 40 минути. Проведеният експеримент с участието на 44 пациенти, страдащи от лошо поддаваща се на лечение с медикаменти хипертония, показал, че след поставянето на импланта кръвното им налягане се понижило и останало на това ниво в продължение на шест месеца.



● Специализиран медицински транспорт от врата до врата в София, страната и чужбина



Медик Транс Асист

Можете да поръчате линейка с екип за пренасяне на болни на телефони: **02 49 69 000; 08 89 12 69 00**, или чрез имейл: **office@lineikata.bg**

● медицинско осигуряване на спортни и обществени събития, тимбилдинги, "зелено училище"

НАТУРАЛАКС 3 - ИЗПИТАНИЙТ ПРИРОДЕН ЛЕК СРЕЩУ „ЗАПЕЧЕНИ“ СИТУАЦИИ!

Запекът е патологично състояние на храносмилателната система, характеризиращо се със затруднено изпразване на червата, при което изхожданията са по-малко от три пъти седмично. Нарушената перисталтика най-често се дължи на липса на движение, нездравословно хранене, повишен прием на лекарства и др. Отлагането на този проблем във времето може да доведе до възпаления, нарушения в чревната микрофлора, дисбактериоза и др.

Очистителните слабительни средства с натурално съдържание са най-доброто решение срещу констипацията при по-



възрастните. Такъв продукт е **Натуралакс 3** - изключително ефективен и напълно безопасен стимулатор на перисталтиката! Билковата формула на Натуралакс 3 включва стандартизирани екстракти от алое вера, джиджирил, американски орех, копър, малина, зърнастец и мента. Натуралакс 3 не съдържа вредни вещества, химически съставки и сена. Продуктът действа меко и безболезнено, стимулирайки естествените движения на червата. Натуралакс 3 е продукт на американската компания

Nature's Way, която предлага повече от 500 природни продукта с доказано качество, безопасност и ефективност!

Натуралакс 3 можете да откриете в аптеките, както и да поръчате на телефон 02 953 05 83 - "Ревита" ООД.

Доставката е безплатна за цялата страна!

ЗАКАЛЕНИТЕ ДЕЦА СА ПО-ЗАЩИТЕНИ ОТ ГРИПА

Д-р Пенка СТОЯНОВА,
педиатър, общопрак-
тикуващ лекар
в Стара Загора

В момента, от втората половина на януари насам, се забелязва значително повишаване на броя на пациентите със заболявания на горните дихателни пътища, респираторни инфекции с нередки усложнения като бронхит и пневмония. Спо-

ред данните, които имаме от РЗИ Стара Загора, причинителят е грип тип "А". Той започва с висока температура, втрисане, силна хрема и кашлица. В такива случаи началното лечение е симптоматично, съответно с познатите медикаменти за сваляне на температурата, капки за нос и сиропи за кашлица.

Най-засегнати са възрастовите групи от 0 до 4 и от 4 до 16 години. Но най-често се разбо-

ляват децата от ясли, градини и учениците - причината е, че прекарват продължително време в големи колективи и в затворени помещения. Симптомите обикновено се задълбочават, започва упорита кашлица и през деня, и през нощта и пациентите идват за втори път за преглед - вече със задълбочена симптоматика. Усложненията за съжаление не са рядкост и настъпват сравнително бързо, от се-

дем до десет дни след началото на заболяването.

В практиката си забелязвам, че сегашната епидемия се различава от начина, по който протичаха сезонните грипни епидемии през последните няколко години. Обикновено началните симптоми бяха много по-леки и заболяването завършваше също с по-слаби оплаквания. Кашлицата, хремата и температурата се повлияваха по-бързо.



Сегга наблюдавам, че въпреки антипиретиците пациентите поддържат висока температура по-дълго - три до пет дни.

Обяснявам си високата заболяемост с това, че с времето, изминало от последната "среща" с този вирус, имунитетът на населението към него е спаднал. Знаем, че вирусите непрекъснато мутират и когато отново се появят, а съответно имунитетът е слаб, заболяването се повлиява трудно от лечението. Трябва да отбележа, че кашлицата е сред най-притеснителните за пациентите симптоми при респираторните заболявания. Това се отнася особено за децата. Родителите се тревожат и търсят начин да я облекчат и ликвидират, защото в повечето случаи я възприемат като болест. Тя обаче е симптом, който трябва да бъде проследяван. В началото на грипното заболяване обикновено е суха, после постепенно преминава във влажна. Като симптоматично лечение аз препоръчвам "Ентитус", защото е подходящ и при суха, и при влажна кашлица. Ефектът от този препарат е, че овлажнява сухата и подпомага отхрачването при влажната кашлица. Тъй като става въпрос за билков сироп, аз го изписвам и на съвсем малки деца, на няколкомесечни бебета - два пъти по два милилитра. За по-големите, след едногодишна възраст, го препоръчвам в доза три пъти по два милилитра дневно. "Ентитус" за възраст-

ни под формата на капсули е също много ефективен според отзивите на пациентите ми. Препоръчваната доза е три пъти дневно по една капсула.

За да се справят малките и подрастващите по-лесно с респираторните инфекции, закаляването трябва да започне още на десетия ден след раждането, като се увеличава времето за извеждане навън постепенно. Разходката трябва да е всекидневна и задължителна - винаги когато няма дъжд, мъгла или силен вятър. Знае се, че в българските семейства не се отделя достатъчно внимание и време за закаляване на децата чрез въздух, слънце и вода. Като ги вземат от градината, родителите се занимават с домакинска работа или седят с таблета, пред телевизора. Липсва времето, прекарано заедно навън, на въздух, липсват и почивните дни задължително сред природата. Децата масово са обездвижени, не спортуват. Независимо от метеорологичните условия те трябва да прекарват два часа всеки ден навън. В детските градини и училищата също е необходимо да се помисли сериозно по това - въпреки натоварените програми, ниското заплащане на учителите и други причини, които могат да се изтъкнат. Но моето убеждение е, че все пак много зависи от желанието и амбицията на учителя.

Хранителна добавка със захар

N-Ti-Tuss®

Очаквайте скоро!

Билкови таблетки за смучене

Благоприятно въздействие
върху гърлото, гласните връзки
и респираторния тракт

**За здраво
гърло**

Без оцветители!
Четири
различни Вкуса!

ECOPHARM

20
таблетки
за смучене

N-Ti-Tuss®
Билкови таблетки за смучене
Възстановява благоприятно гърлото, гласните връзки и респираторния тракт.
За здраво гърло

С вкус на ментол и ефирни масла

ECOPHARM

20
таблетки
за смучене

N-Ti-Tuss®
Билкови таблетки за смучене
Възстановява благоприятно гърлото, гласните връзки и респираторния тракт.
За здраво гърло

С вкус на ментол и ефирни масла

ECOPHARM

20
таблетки
за смучене

N-Ti-Tuss®
Билкови таблетки за смучене
Възстановява благоприятно гърлото, гласните връзки и респираторния тракт.
За здраво гърло

С вкус на мед и лимон

ECOPHARM

20
таблетки
за смучене

N-Ti-Tuss®
Билкови таблетки за смучене
Възстановява благоприятно гърлото, гласните връзки и респираторния тракт.
За здраво гърло

С вкус на портокал

Български ЕКОФАРМ, ЕООД, Булевард "Борис Пастър" №16, Б-р 3, 1013 София, България.
Тел: 02/ 940 10 00, 940 15 00, 02/ 940 10 01, 02/ 940 15 01

НАЧИНЪТ НА ЖИВОТ ОПРЕДЕЛЯ ЗДРАВЕТО НА СЪДОВЕТЕ

Доц. Андрея Андреев, дм, е лекар трето поколение. Завършил е висшето си образование в Медицинския университет (ВМИ) - София. Има многобройни международни специализации - Москва, Петроград, Дюселдорф, Лондон, Ню Йорк, Стокхолм. Специалист по обща, военна и съдова хирургия. Професионалният му стаж е 50 г., а над 40 г. е съдов хирург. Извършил е повече от 5000 сложни съдови операции у нас и в чужбина и е лекувал над 50 000 болни. Консултира и оперира активно и до днес, съчетавайки дългогодишния си опит с най-новите тенденции в съдовата хирургия. Бил е 11 г. ръководител на Отделението по съдова хирургия във ВМА, а след това основател и завеждащ Клиника по съдова хирургия в Университетската болница в Ст. Загора цели 15 г. Университетски преподавател. Член на български и чуждестранни научни медицински дружества, автор на 3 монографии и над 130 научни публикации. **Понастоящем оперира в Многопрофилната болница "Тракия" в Стара Загора, а консултира в МЦ "3-та поликлиника" в Ст. Загора, тел. 0888/343358, МЦ "Младост Мед 1" и в Първа МБАЛ - София и в Бургас.**

Доц. Андреев, десетилетия лекувате съдови заболявания. Кой е основният фактор за влошаването на състоянието на артериите?

- Известен факт е, че най-разпространеното заболяване на артериите е атеросклерозата, чийто главен причинител са високите стойности на "лошия" холестерол (LDL) и триглицеридите, като към това в последно време се добавят и повишените нива на CRP (С-реактивен протеин, бел.ред.). Наред с това безспорна е ролята и на отрицателния стрес (дистрес), който причинява чрез централната нервна система нарушения в ендокринната система, последвани от метаболитни промени, водещи до хипертония и диабет, чиято роля за увреждането на артериите е доказана. Известно е например, че ампутиациите на крайници поради запушване на артериите са много по-чести при диабетици. Към факторите за заболяване на артериите спада и тютюнопушенето, което е решаващо за появата на болестта на Бюржер, засягаща млади хора и водеща до чести ампутации.

- До каква степен

проблемите във Вашата област са генетично предопределени и до колко можем да влияем с начина си на живот?

- Генетично са увредени артериите при малка група вродени болести, спадащи към т.нар. редки заболявания, докато при преобладаващата част от населението няма такива вродени увреждания. Така че основната причина за заболяванията на артериите е в нездравословния начин на живот - неправилен режим и начин на хранене, обездвижването, затлъстяването, интоксикацията с алкохол и тютюн, претоварването с дистрес. А и липсата на системна и модерна профилактика - нея я няма застъпена достатъчно дори в предизборните програми на политическите партии. И така - няма превенция, няма профилактика и логично резултатите са трагични - страната ни е шампион по сърдечносъдови, вкл. артериални болести.

- Споделяте ли максимата, че биологичната възраст на човека не е равна на календарната, а реално състоянието на артериите определя колко сме стари?

- Това е сентенция

● **С доц. Андрея Андреев разговаря Петър Галев**



на един от пионерите на съдовата хирургия в света проф. Рене Фонтен от Франция (с когото имах честта да се запозная). Артериите наистина определят продължителността на нашия живот много често - инфаркти, инсулти, спукани аневризми, емболии, тромбози с последващи ампутации - за пострадалия това е една страшна съдба, която ако не го убива, го инвалидизира.

- Когато човек има проблеми с вените, това обикновено може да се установи с просто око. Но как се разбира, че артериите ни са болни, колко често трябва да ги проверяваме?

- Заболяванията на периферните артерии в началото са "невидими" за немедиците, за съжаление дори за някои колеги. А тъй като засягат най-често долните крайници, артериалните увреждания се проявяват с т. нар. периодично накуцване - след преминаване на определено разстояние болният спира от болка в прасецата и след краткотрайна почивка може отново да върви, но това се повтаря. Тук са компетентностите на съдовите хирурзи и ангиолозите, които прецизират диагнозата и лечението. Опишването на пулсацията на артериите на краката например не е трудно, а дава точна насока за диагнозата и е манипулация, достъпна за всеки лекар. Та атеросклерозата е заболяване на всички артерии в организма, няма бо-

лен с инфаркт или исхемичен инсулт, чиито артерии на крайниците да са здрави! Много важни са обаче и скрининговите профилактични програми, широко разпространени на Запад, снижаващи многократно инвалидността и смъртността.

- През последните години присаждането на органи става все по-рутинна операция. Възможно ли е и кръвоносните съдове да бъдат заменени, преди да се спукат или запушат?

- Заместването на увредените артерии се извършва рутинно повече от 65 г. в света, а пионер в операциите "байпас" с изкуствени кръвоносни съдове бе американският хирург д-р Майкъл ДеБейки, когото имах възможност да опозная на конгрес в Лисабон през 1998 г. Напоследък се налагат т.нар. безкръвни оперативни намеси за отпушване на артериите с балонно разширяване и поставяне на т. нар. стент вътре в тях, наречени минималноинвазивни поради тяхната малка травматичност и кратък болничен престой. Тази методика обаче е приложима при определени условия, за да не се получи запушване на стента с влошаване състоянието на болния.

- Какви иновативни методи прилагате в болницата "Св. Иван Рилски" - Стара Загора, в която работите?

- В многопрофилната болница "Тракия" (бивша "Св. Ив. Рилски") се

Няма превенция, няма профилактика и логично резултатите са трагични - страната ни е шампион по сърдечносъдови, вкл. артериални болести

прилагат почти всички модерни иновативни диагностични и лечебни методи, които са световна практика. Това е възможно благодарение на отличната болнична база, свръхмодерната апаратура, добре обучен персонал и отличния лекарски екип. Неслучайно най-добрите специалисти от огромния старозагорски болничен комплекс работят тук. И нещо странно - няма нито една секретарка, вкл. на директора, а работата върви и болницата е пълна с пациенти, има вече листа на чакащи! Специално в съдовата хирургия ендовенознит лазер от второ поколение е рутинна процедура, байпас-операциите и стентираването са също рутинни, основа на лечението е мултидисциплинарният подход с избор на най-правилния за конкретния болен лечебен метод.

- Кое от Вашите многобройни признания и награди е най-ценно за Вас?

- За обществеността обикновено най-важни са международните признания. В този ас-

пект, наред с разпространението на моя книга в Кувейт и личните признания от професорите Р. Грииналдж (Лондон), Д. Уулф (Лондон), Д. Чанг (Ню Йорк), Р. Редфорд (САЩ), Бо Еклоф (Швеция), Гианнукас, Лазаридис и Балас (Гърция), Г. Герулакос (Лондон), М. Пател (Индия), У. Зандман (Германия), М. Куртоглу (Турция) и много други, са важни и сертификатите, удостоверяващи качеството на мои научни постижения и личен принос в работата на утвърдени международни организации като Международния колеж по ангиология (Ню Йорк), Европейското дружество по съдова хирургия и др. Накрая все пак лично мен най-много ме зарадва високото признание от БЛС, дадено ми тази година, за "Особени заслуги към БЛС и за развитието на българската школа по съдова хирургия". И не само поради тържествената обстановка на връчването на наградата във Военния клуб в София пред елита на българските лекари, но и поради това, че таква признание съдов хирург получава за първи път в 50-годишната история на българската съдова хирургия.

- Защо при толкова отлични специалисти, с които България разполага, здравеопазването ни сякаш не може да се отлепи от дъното?

- Има една основна причина - погрешният механизъм на финансиране - свръхфинансиране на едни клинични пътеки за сметка на недофинансиране на други, оттам неправилно насочване на средствата, водещо до съзнателно източване на НЗОК. А и какво е това финансиране, в което го няма лекарския труд, как е възможно? И клинични пътеки - непозната технология в света, абсолютно неподходяща за финансиране, създадена като алгоритми за лечение? Пълен абсурд, продължаващ над 10 г.! Няма такова здравеопазване другаде! Това е истината, която някои господа не могат или не искат да проумеят.

АНТИБИОТИЦИТЕ СА ЧАСТ ОТ ЛЕЧЕНИЕТО НА ИНФЕКЦИОЗНИЯ ЕНДОКАРДИТ

Инфекциозният ендокардит е изключително сериозно заболяване, което инвадизира все повече хора, предупреждава д-р Едуард Мекенян в CredoWeb. Това е възпалително заболяване, дължащо се на микробна инфекция на ендотелната (вътрешната) повърхност на сърцето. Най-често се засягат клапните структури или се инфектират чужди тела в сърцето (протези, електрокардиостимулатори).

Интактният ендотел е резистентен за инфекции. При нарушена цялост на ендотела (най-често увредени или протезирани клапи) се създават предпос-



тавки за лесна колонизация от микроорганизми. Най-чести са бактериалните причинители (стафилококи, стрептококи и др.).

Предпоставки за навлизането на патогените в кръвта са най-често зъбни манипулации и инфекции, процедури, свързани с гастроинтестиналния и уро-

гениталния тракт, интравенозни процедури и др. Предразположени са диабетиците, както и лица с потиснат имунитет като онкоболни след химиотерапия, носители на ХИВ вирус и др. Честотата нараства след 30-годишна възраст и достига пика си след 60 г. Причината за това са нарастване честотата на възрастово обусловените дегенеративни клапни промени. В последните години се увеличава честотата на инфекциозен ендокардит при млади хора поради зачестяването на интравенозните злоупотреби с наркотични средства.

Острият инфекциозен ендокардит се характеризира с изразе-

на токсичност, висока температура, тежко общо състояние, бърза прогресия на клапното увреждане (за дни). Подострият ендокардит се развива бавно, за седмици и дори месеци. Клиничната картина е завоалирана, често със субфебрилитет (до 38 градуса) и без изразена токсичност. Общото състояние на пациентите е сравнително добро и затова началото на заболяването често се пропуска и то се диагностицира чак след развитието на сериозни клапни усложнения.

Лечението е антибиотично. При незначително възпаление увредената тъкан се възстановява напълно и сърцето остава незасегнато. Ако

лечението е правилно, пациентът има 90% шанс за постигане на пълно възстановяване. Основното усложнение е клапната деструкция и прояви на сърдечна недостатъчност и/или аритмия. Възможно е инфекциозният процес да се разпространи и увреди други жизненоважни органи и да предизвика застрашаващи живота абсцеси.

Лечение с антибиотици в повечето случаи е напълно достатъчно. При ненавременно лечение рисковете за усложнения са много големи, предупреждава кардиологът. В нап-

редналите случаи измененията и особено язвените разрушения в клапите така изменят строежа им, че възстановяването им е невъзможно. В процеса на възстановяване се развива фиброзна тъкан, при зарастването клапите не могат да запазят първоначалния си строеж и се деформират. Тогава е необходима кардиохирургична корекция. Оперативно лечение се прилага, ако клапите са необратимо деформирани или пък болният не се повлиява от медикаментозно лечение.

Още информация за болестите на сърцето и лечението им четете в профила на д-р Едуард Мекенян, кардиолог от "Понтика", на credoweb.bg

Хората със затлъстяване - една от най-рисковите групи за диабет, ще могат да си направят безплатни изследвания. Това съобщават в профила си в CredoWeb от Сдружение "Диабет и предиабет". С нарастване на телото се увеличават и случаите на захарен диабет. Двете неща пък са рискови фактори за сърдечносъдови заболявания. Диабетът води до усложнения, това е всеизвестен факт. Малцина обаче знаят, че предиабетът (състояние, предхождащо същинското заболяване) води до същите неприятни здравни проблеми.

БЕЗПЛАТНИ ИЗСЛЕДВАНИЯ ЗА ДИАБЕТ ПРИ ХОРА СЪС ЗАТЪЛЪСТЯВАНЕ

Чрез своите доброволци сдружението работи, за да подпомага пациентите с диабет и предиабет, но и лекарите, които се борят със заболяването. Наскоро започна един голям изследователски проект за предиабет и затлъстяване, чиито резултати се очаква да бъдат голямо достижение на българските ендокринолози и който от сдружението се надяват да бъде пробив в разбирането за предиабета. Скоро ще старти-



ра и проект за изследване на усложненията при диабет и предиабет. Затова сега се търсят хора

със затлъстяване и/или предиабет. До месец-два ще започнат и изследванията на диабети-

ци. Общо ще бъдат изследвани 200 души.

Редица проучвания показват връзката между затлъстяването и диабета. Установява се връзка между нарастването на индекса на телесната маса (ИТМ), заболяемостта и смъртността като цяло. Затлъстяването се свързва с повечето сър-

дечносъдови рискови фактори, по-специално с повишено артериално налягане, влошено състояние на липидите - повишен LDL холестерол и нисък HDL холестерол. С увеличаване на наднорменото тегло случаите на захарен диабет нарастват много, а така също и сърдечносъдовите инциденти.

Ако искате да участвате в тези изследвания, потърсете профила на сдружение "Диабет и предиабет" на credoweb.bg

УНИКАЛЕН АПАРАТ ЗА ДИАГНОСТИКА НА МАКУЛНА ДЕГЕНЕРАЦИЯ В ПЛОВДИВ

Единственият на Балканския полуостров апарат за неинвазивна диагностика на съдовете на ретината работи в пловдивския медицински център "ВизАрт". Това съобщава в CredoWeb д-р Гергана Попова, очен лекар и управител на лечебното заведение.

Апаратът намира приложение при пациенти, за които има съмнение, че страдат от влажна форма на макулна дегенерация, диабетна ретинопатия, запушване на съдовете на ретината, глаукома. Диагностика е неинвазив-

на и безболезнена за пациентите. Апаратът работи, следейки движението на кръвните клетки в съдовете на окото. Изследването продължава между 2 и 5 минути. Резултатите дават възможност на офталмолога да определи състоянието на болния, да постави по-точна диагноза и да назначи терапия.

Досега този тип диагностика е проведена с апарат за флуоресцентна ангиография. При нея се поставя контрастно вещество венозно, заради което изследването не бива да се про-

вежда често, тъй като не е напълно безопасно за организма на пациента. За разлика от стария метод, с новия диагностиката може да се прави толкова пъти, колкото е необходимо, за да се доуточни състоянието на болния. По време на лечението очният специалист също има възможността да следи динамично с апарата как се развива заболяването. НЗОК все още не заплаща изследванията, тъй като апаратът е съвсем нов и едва сега си проправя път, но цената не е висока, увериха от медицинския център.



Потърсете профила на МЦ "ВизАрт" на credoweb.bg

ОТ ФОРУМА НА CREDOWEB

Въпрос на Живко Тодоров:

Искам да попитам защо джипитата масово пускат изследване на общ холестерол, когато всъщност трябва да се види балансът между добрия и лошия холестерол. Така, ако при един човек лошият е повече, а при друг стойностите са същите, но разменени - добрият има превес, крайната цифра ще е една и съща. Само че единият е в риск, а другият си е много добре. Докога ще се правят безсмислени изследвания без грижа за пациента?

Д-р Валери Велев, София:



Изследването на общ холестерол не е безсмислено. Да, той е общ показател за "добрия" и "лошия" холестерол, но е редно да се знае, че HDL е "добър" малко условно. Това е стерол, който се пренася от атеросклеротичните плаки към черния дроб, но има ли "добър холестерол", атеросклерозата вече е на лице. Т.е. колкото е по-висок общият холестерол, толкова по-рисков е пациентът. Тогава вече се налагат и допълнителни изследвания. При общ холестерол в нормата всичко е наред и изследването завършва на този етап.

Пиша всичко това с уговорката, че не съм лабораторен лекар.

Въпрос на Василена К.:

Имам силно главоболие вече втори ден, май че и температура, ама нямам термометър. Гърлото ми е като запушено. Това грип ли е? Как да се лекувам?

Д-р Мирослав Спасов, общопрактикуващ лекар от София:

Здравейте, моят съвет е да отидете да Ви прегледа лекар, а да не започвате самолечение. В началото на заболяването симптомите

на грип и т.нар. остри вирусни инфекции са доста сходни. За грипа е характерно остро начало с висока температура, втрисане, силна отпадналост, главоболие, болки в стави и мускули. Поради силен срив на имунитета се създават условия за вторична бактериална инфекция и развитие на сериозни усложнения. Затова консултирайте се с лекар - той ще Ви назначи противовирусен препарат в първите 48 часа, както и симптоматични средства, уместни са и имуностимуланти. Препоръчвам Ви постелен режим, силна храна - богата на витамини, течности, сокове, супи.

И бързо оздравяване!

Въпрос на Лидия Петрова:

Здравейте! На 28 години съм, по професия медицинска сестра и въпреки това искам съвети относно лечението на акне... Боря се с него от доста време - 10-12 години, и става едно прехвърляне от ендокринолог на гинеколог, на кожен и обратно, прилагане на разни лечения с антибиотици, кремове и какво ли не, но резултатът е нула. Има ли изобщо лечение или диагностициране на проблема и последващ резултат, който да е траен? Днес за първи път си самоназначих микробиология с антибиограма.

Д-р Ирина Апостолова, дерматолог:



Редно е при акне на тази възраст да се изследват нивата на хормоните тестостерон, дехидротестостерон и андростендион - андрогени с яйчников и надбъбречен произход. Изследването се прави на 3-5-ия ден от менструалния цикъл. Ако има отклонения, може да се проведе ле-

чение с антиандрогенен препарат.

Д-р Марияна Венелинова, дерматолог:

Акнето е заболяване и е редно да се лекува комплексно. Ако няма гинекологичен и ендокринологичен проблем и нямате проблем с гастрит, е редно да се консултирате с дерматолог, за да се прецени лечението не само с мазане, а и с антибиотично или друго подходящо за Вас лечение. Ако решите, запишете си час и елате, за да намерим разрешение на проблема. А лечението с изотретиноин е подходящо, ако акнето не се е повлияло от друго лечение и ако нямате изключващи критерии.

Въпрос на Лилия Гусева:

Здравейте, бих искала да попитам каква е причината за честите кръвотечения от дясната ноздра на сина ми, който е на 14 години. Случва се по всяко време на денонощието. Какво трябва да предприемем, за да спрем кръвоизливите, които са по няколко пъти на ден?

Предварително Ви благодаря.

Д-р Валери Велев, София:

Кървенето от носа се среща доста често при деца и малко по-рядко при възрастни. Обикновено се касае за "дефектен" капилар, който често се пука. При възрастни е редно да се проследява кръвното налягане, защото това може да е симптом на хипертония.

В конкретния случай Ви съветвам да направите като начало една обикновена пълна кръвна картина и по нея лекарят да се ориентира има ли проблем в стойностите на кръвните клетки, отговарящи за кръвосъсирването. При поредно кръвотечение нека главата на детето е с лице надолу. Започнете да му давате да пие по 1 ампула витамин С за десетина дни и мажете съответната ноздра с подходящ унгвент.

Въпрос на Теодора Илиева:

Здравейте, от известно време започнах да ходя на процедури за подмладяване. Не мога да избера дали да си правя фотоподмладяване или лазер терапия на лицето. На различните места, където ходя, ми казват различни неща. Егните специалисти подкрепят лазера повече, другите казват, че фототерапиите са по-добри. Моля ви, дайте мнение!

Д-р Виолина Тодева, дерматолог:



Лазерната терапия за подмладяване обикновено изисква период на възстановяване за разлика от различните видове фототерапия! От това би следвало, че по-скоро правите фототерапия. Не е добра идея да сменяте централите, защото всеки разполага с различни технологии и не може да получите оптимален ефект, който се прави с покачването на дозите. Съветвам Ви да си намерите дерматолог, на когото ще се доверите!

Въпрос на Марияна Ставрева

Как мога да подсиля имунната система на детето, за да не носи всички вируси от улицата?

Д-р Валерия Венкова,

Ако имате здравен въпрос, задайте го във форума на credoweb.bg! Темите са разделени по специалности.

Д-Р ПЕЙНЕШКИ ЗА СИЛАТА НА

FLEX CODE



"На българския фармацевтичен пазар се предлагат огромен брой хранителни добавки за профилактика на износването на ставите. В моята дългогодишна ортопедо-травматологична практика съм използвал многобройни продукти, повечето от които с неудовлетворяващ пациентите ефект.

От 3-4 години започнах да назначавам ФЛЕКС КОД. Много голям процент от пациентите, които го приемат в продължение на 3 месеца, от 2 до 3 пъти годишно, са с отлични отзиви за ефекта на препарата. ФЛЕКС КОД съдържа всичко най-необходимо за подхранването на хрущялите.

Благодарение на балансирания си състав и уникалната си формула от високи дози нискомолекулярна хиалуронова киселина, хондроитин сулфат, MSM (метилсулфонил метан), глюкозамин сулфат, ФЛЕКС КОД е подходящ при артрозни и дегенеративни заболявания на опорно-двигателния апарат - тазобедрени, коленни, глезенни, раменни, лакътни, гърбни стави, както и тези на гръбначния стълб. ФЛЕКС КОД се препоръчва при ревматоидна болест, колагенози, подагра, както и при следтравматични наранявания на ставите и ставния хрущял след извършване на оперативни интервенции върху ставите (артроскопии, артропластики и други) и при бързо израстващи деца над 6 години с хондромалация.

Д-р Пейнешки
УСБАЛО "Проф. Бойчо Бойчев" - Горна Баня, гр. София
тел.: 02/81 81 552; 0899 65 55 65

Флекс Код и Флекс Код Премиум са високо ценени в лекарската гилдия поради доказаните вече клинични резултати и в България в областта на превенцията и лечението на ставни заболявания. Важно за пациентите е да знаят, че и двата продукта съдържат по 25-50 дневни дози, което е почти двумесечен прием при профилактика. Обръщайте внимание върху това, когато Ви предлагат „сходни“ продукти на по-ниска цена.

НОВО!

25-50
ДНЕВНИ ДОЗИ

Произведено от PlantaPol - Испания за "Хербамедика" ЕООД, гр. София, ул. Иван Сусанин 45, вх. Б
www.herbamedicabg.com
www.flexcode.bg



6 ПРОДУКТА, КОИТО ПОДОБРЯВАТ ПАМЕТТА И МИСЛЕНЕТО

Продуктите, които ежедневно консумираме, могат не само да подобрят физическото състояние на организма, но и благотворно да повлияят върху функциите на мозъка. А някои храни направо творят чудеса. След тяхната употреба ние ставаме по-концентрирани, внимателни и съобразителни.

Учените отдавна доказали, че орехите подобряват паметта. След проведен експеримент е установено, че само 13 грама орехи на ден значително подобряват когнитивните способности на възрастните хора и повишават активността на мозъка.

Черните боровинки не само подобряват паметта, но и са способни да върнат процеса на нейната загуба. Резултати от изследване, публикувани в списание *Neuroscience*, показват, че след ежедневната употреба на черни боровинки е бил преустано-

вен процесът на увреждане на нервните клетки при лабораторни мишки. Констатирано е още подобрене на кратковременната памет, равновесието и координацията.

Привържениците на здравословното хранене отдавна знаят за ползата от рибеното масло. То съдържа безценните омега-3 мастни киселини. Последни проучвания установиха, че мазните риби като сьомгата укрепват функциите на мозъка и активират дейността му.

Авокадото е най-мазният растителен продукт. То съдържа изклю-

чително полезните ненаситени мазнини, които помагат на клетъчните мембрани на мозъка да останат гъвкави. Мононенаситените мастни киселини в авокадото обезпечават защитата на нервните клетки на главния мозък.

За нормалната дейност на мозъка, както и на другите органи, е необходим постоянен приток на енергия. Концентрацията, активността на мозъка и бързите реакции до голяма степен зависят от постъпването на глюкоза в организма. Затова специалистите съветват да вкараме в

менюто си пълнозърнести храни с нисък гликемичен индекс. Те осигуряват постъпването на глюкозата в кръвта бавно, но стабилно. Други източници на глюкоза като белия ориз и макаронените изделия принуждават организма да изработи мощна доза инсулин. Енергийното ниво достига своя пик, но скоро рязко спада. След такива колебания мозъкът се чувства слаб и изтощен.

Броколите са източник на две важни хранителни вещества, които помагат на мозъка да повиши работоспособността си. Витамин К укрепва когнитивните способности, а холинът (витамин В4) отдавна има славата на елемент, подобряващ па-

метта.

Черният шоколад печели все повече овации от учените. Вече категорично е доказано, че каквото помага да се развива речта и когнитивните функции при възрастните хора. Ежедневната порция от черен шоколад влияе изключително благотворно върху мозъка. Ако ви предстои изпит или някое мероприятие, което изисква активна работа на мозъка, не забравяйте да хапнете парче черен шоколад. Според специалистите шансовете ви за по-висока оценка значително нарастват. В шоколада се съдържа и прочутият хормон на щастието, който повдига настроението и гони депресията. (ЖД)

Природен антиоксидант

Мощно действие!

Resvirol



Неутрализира свободните радикали,
образуващи се в организма

Подпомага нормалната функция на сърцето, черния
дроб и кръвоносните съдове

Екстракт от корени на японска пача трева

Произведено от:
Alfa Vitamins Laboratories, Inc, САЩ

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

ECPHARM

НОВО

ЛЕЧЕБНАТА ХРАНА „СИРИУС-Д“ ИМА НЕЗАМЕНИМ ЕФЕКТ

д-р Петър ПЕТРОВ,
гастроентеролог, кмн

Самият аз боледувах дълго от гастроэзофагеален рефлукс, с разязвявания в храносмилателния тракт. Нищо не помагаше. Докато не започнах с продукта "Сириус-Д". Раните и язвите изчезнаха, до 2 месеца рефлуксът затихна, сънят ми се успокои. Започнах да използвам тази суперхрана при лечението на много мои пациенти успоредно с прилагане на класическата медицина. Има незаменим ефект при сраствания след операции. Гранулозно-фиброзната тъкан се резорбира, възстановява се съединителната

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



Имам много описани случаи на подобрене след 3-4 месеца прием: например с пациент със загнила горна челюст, определен за кюртаж след 6 месеца. Приемал храната "Сириус-Д" заради очни проблеми - пер-

Подпомага лечението на:

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

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



Нов неинвазивен тест за хромозомни аномалии дава 99% сигурност на резултатите. Изследването "Harmony" финансово е два пъти по-достъпно от досегашните тестове.

Знаете ли, че следите от ДНК на бебето циркулират в кръвта на бременната? Така един обикновен кръвен тест може да каже на лекарите повече за плода откогато и да било. Благодарение на напредъка на феталната медицина през последните години неинвазивните тестове успешно установяват каква е вероят-

ността за генетични аномалии. Специалистите съветват да се използва тази нова методика, защото при инвазивните диагностични изследвания съществува риск от спонтанен аборт и инфекции.

Американската лаборатория Ariosa Diagnostics, предлагаща достъпния и сигурен неинвазивен тест Harmony, работи в тясно сътрудничество със специализирания център по пренатална и фетална медицина в Медицински комплекс "Д-р Щерев". Американската компания избира да работи с най-утвърдения център за женско и семейно здраве в България, за да може българските жени да се възползват от достъп

ХАРМОНИ-ЯТА ДА СМЕ ИНФОРМИРАНИ ПРЕЗ БРЕМЕННОСТТА

и сигурен неинвазивен генетичен скрининг. В лицето на специалистите от Комплекса от Ariosa намират желаното добро партньорство и квалифицирани специалисти по фетална и пренатална медицина. Обучението на специалистите от лечебното заведение е осъществено по специална програма в тясно сътрудничество с известната школа на проф. Кипрос Николаидес. Предлагайки подходящи условия за работа и специализирана апаратура, от Медицински комплекс "Д-р Щерев" успяват да привлекат трима от четиримата сертифицирани в реномираната болница King's College (Лондон) специалисти по фетална медицина в България. На разположение

на пациентите в клиниката на доц. Щерев са д-р Петя Чавеева, д-р Мариета Искилиева, д-р Виолета Стратиева и д-р Мария Янкова - специалисти по фетална медицина, както и д-р Наталия Ефтимова, специалист по ултразвуково изследване на сърцето на плода.

Спокойни да узнаем резултата

Сигурният и достъпен скрининг, който в най-ранен етап установява какви са рисковете от генетични аномалии на плода, се извършва след 10-ата седмица от бременността. Амниоцентезата например - процедура, при която малко количество околоплодна течност се взема от околоплодния сак, се

извършва чак между 15-20 г.с. За да направи теста HARMONY, бременната трябва само да посети лабораторията в Медицински комплекс "Д-р Щерев", където да даде кръвна проба. Това е напълно безопасна процедура за нея и бебето. След това материалът се изпраща в лабораторията на Ariosa Diagnostics, където по специална технология в рамките на 10 дни се установява какъв е рискът за хромозомни аномалии, най-честите сред които са синдром на Даун и синдром на Едуардс. Ефикасността на теста е доказана в 10 проучвания досега, в които са включени 22 000 жени. Той е единственият, за който е разработена специална епруветка за пробовземане, серти-

фицирана с CE марка за Европейския съюз. Harmony се прилага в над 90 страни с над 300 хил. изследвани от момента. Ако не искате да разберете пола на очакваното бебе, предупредете лекаря да запази тази информация за желан от вас момент, тъй като тестът дава отговор и на този въпрос.

"С толкова нисък рейтинг на фалшиви сигнали генетичният скрининг е препоръчителен за бременни от всички възрасти и особено за дами над 35-годишна възраст. Никоя жена в XXI век не заслужава да износи бременност, без да бъде наблюдавана за генетични аномалии в най-ранния възможен период от бременността", смята д-р Петя Чавеева.

БЪЛХИТЕ СА АКТИВНИ ДОРИ И ПРЕЗ ЗИМАТА



Имате домашно животно. То е едва ли не най-обичаният член на семейството. Особено от децата, в чиито прегръдки котето и кучето са ежедневно.

Но тъй като домашният любимец е постоянно или често в контакт и с външния свят - както с други себеподобни, така и с обитаваната от тях околна среда, - е добре никога да не забравяме за рисковете и за необходимата превенция на опасностите от тази среда. Знаете ли например, че възрастните бълхи, които се откриват върху домашното четирикракo и които са сравнително лесно унищожими, представляват само 5% от популацията им. Останалите 95% от яйца, ларви и какавиди на бълхите са навсякъде, особено в зоните, където животните обитават. Всяка бълха, открита върху кучето/котето, значи, че може да на-

мерим всички нейни стадии на развитие навсякъде около себе си в дома.

Знаете ли още, че за бълхите няма сезони, няма значение дали е пек или студ, те са активни постоянно, през цялата година, дори и през зимата.

А тези дребни ектопаразити могат да причинят понякога и доста неприятни и трайни проблеми. По нашите ширини в повечето случаи ухапванията от бълхите са по-леки, отколкото например от кърлежите, и често се изразяват най-вече в зачервяване и продължителен сърбеж на и около ухапаното място, но могат да имат и много неприятни последици както за животните, така и за хората. По време на ухапването бълхата отделя слюнка, която съдържа различни ферменти и антикоагуланти. Ферментите, които се отделят, причиняват последваща алергична реакция, която е с различна интензивност според чувствителността на кожата. При почувствителните организми обаче ухапванията от бълхи могат да доведат до алергичен дерматит, който никак не е за подценяване.

Всичко това може да бъде предотвратено с редовно прилагане на съвременните препарати за нанасяне с пипета върху кожата на животното. Те са лесно достъпни във ветеринарните клиники, ветеринарните аптеки, както и в масовите зоомагазини. Гарантът ефективен контрол срещу паразитите, като ги унищожават и в техните ларвни стадии. Същите препарати работят перфектно и срещу кърлежи. Не забравяйте, идва след някой друг месец и лятото. Срещу кърлежите, причинителите на много тежки заболявания, те са вече не само силно препоръчителни, а и задължителни.



ФИПРИСТ® КОМБО

fipronil, S-metopren

Ефективен срещу

Защита на правилното място!

За допълнителна лекарствена информация:
КРКА България ЕООД, София 1164,
ул. "Якубница" 19
тел.: 02/ 962 34 50, факс: 02/ 962 35 20.
e-mail: info.bg@krka.biz

Денонощен телефон за лекарствена безопасност: 02 962 34 50

БАБХ № 3787

Систем: Фиприст Комбо 0,7 mg фипронил / 0,03 mg S-метопрен спрей за кучета от дребни породи; Фиприст Комбо 1,14 mg фипронил / 0,03 mg S-метопрен спрей за кучета от средни породи; Фиприст Комбо 2,68 mg фипронил / 0,03 mg S-метопрен спрей за кучета от големи породи; Фиприст Комбо 4,02 mg фипронил / 0,03 mg S-метопрен спрей за кучета от много големи породи; Фиприст Комбо 5,0 mg фипронил / 0,03 mg S-метопрен спрей за котки и котенца. **Терапевтични показания:** Лечение на бълхи (Anisacides spp.) при кучета, котки и котенца. Препаратът на разклащане на бълхите, чрез инхибиране развитието на яйца (овипозици), ларви (ларвици), и на кърлежи и каскадите (оронизици, анемизи), предотвратява от яйца, кърлежи от възрастните бълхи. Лечение на кърлежи (Ixodes ricinus, Dermacentor variabilis, Dermacentor reticulatus, Ixodes trianguliceps) при кучета и котки. Лечение на кърлежи (Dermacentor variabilis) при котенца. Лечение на оларсозитоза с възрастни при кучета (Olfesobia spp.). Лечение на оларсозитоза с възрастни при котки (Olfesobia spp.). Препаратът може да бъде използван като част от стратегия за лечение на дерматичен дерматит причинен от бълхи при кучета и котки (DAD), както и дерматичен дерматит причинен от анемизиран бълхен (DAB) при кучета и котки. **Противопоказания:** Породи котки на до 10-ти дни, породителки за кучета с тегло 2-10 kg не бива да се използват при кучета над 8-месечна възраст и тегло над 2 kg, докато породителки за кучета с тегло 10-20 kg, 20-40 kg и над 40 kg не бива да се използват при кучета над 8-месечна възраст. Да не се използват при котенца над 8-месечна възраст и тегло над 1 kg при котки с тегло над 1 kg породителки на до 10-ти дни. Да не се използват при котки над 8-месечна възраст. Да не се използват при бели животни (особено котки) с алергични реакции, при които може да се наблюдават реакции или дори смърт. Породи котки и котенца, употребяващи лекарства не се препоръчват при котки, за които не е предписано.

Съвет за ветеринарна употреба: Прочетете внимателно информацията на листовката преди прилагане.

Инициатор и изготвено от: **KRKA** информации и съвети за лекарствена безопасност

ИНФАРКТЪТ НА ЧЕРВАТА Е ПОСМЪРТОНОСЕН ОТ СЪРДЕЧНИЯ

Няма човек, който да не е чувал за сърдечен или мозъчен удар, но малцина знаят, че червата също могат да бъдат засегнати от хронично или остро нарушение в кръвоснабдяването. Заболяването се нарича мезентериална исхемия, а когато мезентериалната артерия се запуши напълно, става въпрос за мезентериална тромбоза. Острата форма на заболяването протича драматично със силни болки и подуване на корема, гадене и повръщане, бързо влошаване на общото състояние. Понякога преди пълното запушване на артерията, кръвоснабдяваща червата, има предупредителни признаци, но обикновено болестта върхлита като гръм от ясно небе. Най-често са засегнати хора-

та около и над 60 години, а при по-младите заболяването може да се дължи на вроден дефект в коремните кръвоносни съдове.

Причините

На първо място е атеросклерозата на чревните артерии, която е част от генерализиран процес, засягащ целия организъм. Често пациентите имат установена исхемична болест на сърцето, мозъчносъдова болест и хронична артериална недостатъчност на долните крайници. Но докато всички тези състояния имат доста добре изразени признаци, в големия процент от случаите чревната исхемия може да протича дълго време без особени симптоми или оплакванията да бъдат обяснявани с други причини. Затова при пациенти с високи нива на LDL (ло-

шия холестерол), на триглицеридите и с установени исхемични промени в други органи трябва целенасочено да се търси и недостатъчност в кръвоснабдяването на червата.

Признаците

Хроничната чревна исхемия най-често протича с болки в корема, които започват 20-40 минути до 1 час след нахранване. Болката може да е дифузна - в целия корем, или да е съсредоточена в горната част и около пъпа. Други признаци са хронична диария или пък запек, гадене и тежест след нахранване, намаляване на телото, без да е редуциран приемът на храна. Но всички тези признаци могат да възникнат при редица други гастроентерологични проблеми - язва и гастрит, колит, синдром на

дразнимото дебело черво и др. Ако настъпи пълно запушване на клон на артерията, кръвоснабдяваща червата, цял участък от тънкото или дебелото черво загива и поради това се развива картината на остър перитонит. В тези случаи единствената помощ е спешната операция, но дори при перфектно извършена хирургическа намеса смъртността остава много висока. Затова е важно заболяването да се установи, преди да е настъпила тромбозата.

Диагностика и лечение

Когато има съмнение за чревна исхемия, първото изследване е ехографско - на коремните органи, плюс доплер на коремните артерии. Ако при това се установят данни за значими нарушения на кръвотока, се

прави ангиография. Чрез тънък катетър се прониква през бедрената артерия до разклоненията на аортата, които хранят червата, въпръсква се контрастно вещество и така се изобразява реалното състояние на съответните кръвоносни съдове. В модерните сърдечносъдови центрове в момента на установяване на значими стеснения може да се премине към инвазивна намеса с цел да се възстанови нормалният кръвоток. Това може да стане чрез балонна ангиопластика и последващо поставяне на стент, трайно поддържащ артерията отворена. При много тежки стеснения може да се наложи и отворена коремна операция, при която да се извади плака от вътрешността на увредената артерия или да

се заобиколи силно стеснен участък чрез байпас. Отворената операция не е лека, но при всички положения, ако тя се налага, е по-добре да бъде извършена, вместо да се стигне до инфаркт на червата и огромен риск от фатален изход.

Профилактика

Тя не е по-различна от общите изисквания за предпазване от инфаркт и инсулт. Пушенето е водещ фактор за увреждането на съдовете, включително и чревните. Трябва да се положат всички усилия холестеролът, кръвната захар и кръвното налягане да бъдат държани във физиологичните норми. Здравословното хранене и всекидневната физическа активност са отлични средства за поддържане на здравето. (ЖД)

Хранителна добавка

Lacto4VIP

Пробиотик Кансул X 15

Четворна сила

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

Живи лактобацили
Съхранява се в хладилник

ЕСОPHARM

VIP Vitality Internal Protection

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

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

НОВА ФОРМУЛА ЗА УКРЕПВАНЕ НА СТАВИТЕ

ABOFLEX е нов високоефективен комбиниран продукт, който действа благоприятно на опорно-двигателния апарат. Съчетава по оригинален начин качествата на течната форма, позволяваща оптимална усвояемост и възможност за прием на високи дневни стойности на основните съставки. Уникално негово предимство е и съдържанието на нискомолекулна хиалуронова киселина 50 kDa, разработена специално под течна форма за орален прием, както и на манган - важен микроелемент, катализатор на процесите при образуване на хрущялната тъкан.

Продуктът е подходящ за прием от хора, страдащи от износване или промяна на т.нар. хиалинен хрущял. Той покрива ставите отвътре, има ролята на амортизатор при всяко движение, обира стресовите и създава условия за едно нормално движение. С напредването на възрастта течността ("храната") в хрущяла намалява, той се нацепва, напуква, тръгват разрушителни процеси. Съставките на **ABOFLEX** са предназначени именно да подпомогнат изхранването на хрущяла. Специалистите го препоръчват като много добре балансиран по своите показатели продукт, подходящ за хора, страдащи от дегенеративни ставни заболявания.

Според статистиката почти при всички хора над 60-годишна възраст има ставни промени. При 60-85% от тях са налице краткотрайна сутрешна скованост, болка, свързани с най-честата ревматична болест - остеоартрозата.

Над 38% от първичните прегледи при общопрактикуващите лекари се дължат пак на скованост, болка, ограничен обем на движение и затруднение в ежедневната двигателна активност.

Специалистите препоръчват за предпазване и забавяне влошаването на артритния процес допълнителен прием на глюкозамин, което подобрява здравината на ставния хрущял, стимулира хрущялните клетки да произведат по-голямо количество градивни вещества в ставите, подпомага лечението на артроза. А включването на хиалуроновата киселина - вещество, свързващо се с колаген и еластин, нужни за формирането на хрущялите в човешкото тяло - помага за тяхното поддържане, прави ставите по-силни и гъвкави, увеличава притока на синовиална течност - смазката на самите стави.

След консултация с ревматолог продуктът може да се комбинира с болкоуспокояващи и противовъзпалителни лекарства като парацетамол и други от тази група, които намаляват болката.

Д-р Петко ПЕЙНЕШКИ,
ортопед-травматолог
в МЦ "Младост"

Дегенеративните заболявания на опорно-двигателния апарат зачестяват все повече, което се обяснява с увеличената продължителност на живота, а за статистиката имат значение и все по-усъвършенстваните диагностични възможности и все по-съвременните лечебни подходи. Сред факторите се нарежда и нарастващата популярност на активния спорт.

Най-податливи на възрастовите дегенеративни промени са тазобедрените, коленните стави, както и ставите на гръбначния стълб. Оплакванията от възрастовите изменения в ставите започват обикновено над 50 години. При жените това има пряка връзка и с хормоналните

УМЕРЕНОТО ДВИЖЕНИЕ ЗАБАВЯ ИЗНОСВАНЕТО НА СТАВИТЕ

промени, характерни за менопаузата, а наличието и на остеопороза усложнява проблема. Първите симптоми са болка в засегнатата става, оток, ограничаване на движенията, затопляне на ставата и ако не се вземат мерки, проблемът се задълбочава и се стига до увреждане на ставния хрущял. При поява на болка и оток не бива консултацията със специалист да се отлага много. Трябва да се знае, че невинаги двата симптома вървят заедно - може да има болка без оток и оток, без да се усеща болка. Но при всички случаи се наблюдава постепенно ограничаване на движенията на ставата.

Как може да се отложат във времето тези увреди? За превенция и профилактика на дегене-

ративните заболявания се препоръчва на първо място правилен режим на живот - което включва редовна двигателна активност, балансирано хранене, въздържане от прекомерни, тежки физически натоварвания. Трябва да се има предвид, че наследствеността има също голяма роля при дегенеративните ставни заболявания. Специално внимание обръщаме на намаляване на наднорменото тегло, тъй като то е безспорно силно обременяващо и преждевременно износващо ставите. Като важна част от профилактиката в последните години широко се използват и препарати, създадени специално за тази цел - т.нар. хондропротектори. Тъй като ставният хрущял няма собствено кръвоснабдя-

ване, хондропротекторите го подхранват, достигайки ставната течност. Така, освен че хранят хрущяла, те забавят неговото износване благодарение на специалните си съставки.

На нашия пазар има голямо предлагане на хондропротектори. Аз бих препоръчал още при поява на начални оплаквания да се приема "Хондросейв". За максимален ефект е необходимо препаратът да се пие редовно, не по-малко от два-три месеца, да се почива известно време и курсът да продължи отново - и така няколко години. Съдържащите се в този продукт специално подбрани и съчетани съставки влияят благоприятно както локално върху съответната става, върху опорно-двигателния апарат, така и

върху целия организъм благодарение на витамините, микроелементите, които съдържа. Но пак подчертавам - ефектът от хондропротекторите не е незабавен, той идва с натрупването на активните съставки в ставната течност и тогава пациентът усеща облекчаване на симптомите, а процесът на износване на ставата се забавя.

Доказано е, че най-подходящ спорт от гледна точка на опорно-двигателния апарат е плуването, а спортовете, при които се правят много отскоци (баскетбол, волейбол, хандбал и т.н.), са особено натоварващи за ставите. По принцип се препоръчва активно движение от най-ранна възраст като път към съхранение на ставната подвижност. При

вече настъпили дегенеративни промени, изразени със симптомите, за които вече стана дума, не бива съответната става да се обездвижва, защото това ще усложни състоянието. В тези случаи специалистът ще предложи най-подходящия вид физическа активност или комплекс от упражнения, съобразени и с общото здравословно състояние на пациента. По принцип препоръчваме редовно, по-енергично ходене пеша. Хората трябва да знаят, че когато меките тъкани около дадена става са здрави и еластични, те осигуряват по-голям обем на движение и като цяло подобряват кръвоснабдяването в дадената област. Тоест добрият мускулен тонус е важно условие за здравето на ставите.

ГРИПЪТ ВЕЧЕ НЕ Е ТОЛКОВА СТРАШЕН!

ИМУНИТЕТ
Хранителна добавка
Lacto4VIP
Живи лактобацили

ПРОФИЛАКТИКА И ЛЕЧЕНИЕ
Антивирусни препарати

ОТПАДНАЛОСТ И УМОРА
Хранителна добавка
Ambinor
Ампули за пиене

ДИХАТЕЛНИ ПЪТИЩА
Хранителна добавка
N-Ti-Tuss
Комбинация от 7 билки

.....> виж на credoweb.bg

КАЧЕСТВО ОТ
ECOPHARM

Chondrosave®

Хондросейв - с грижа за всяка става!

ECOPHARM

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

НАПИТКИ, КОИТО ВОДЯТ В ЦАРСТВОТО НА МОРФЕЙ

Доц. д-р Димитър
ПОПОВ

По една или друга причина около една трета от живота си всеки от нас прекарва в компанията на възглавницата и завивката, които ежедневно ни отвеждат в приказното царство на Морфей. За съжаление този тъй естествен физиологичен процес - сънят, при немалко хора настъпва много трудно, което има твърде сериозни последствия за техния организъм.

Задълбочени научни изследвания показват, че системното недоспиване води до понижение на когнитивните способности (памет, мислене, обучение, разсъждение и т.н.), двукратно понижаване на работоспособността и петкратно нарастване на риска от пътно-транспортни произшествия, както и до повишена раздразнителност, депресия и т.н.

Безсънието е тежко състояние, от което според статистиката страдат около 6% от населението на планетата.

С напредването на възрастта тази стойност достига и надминава 15%. Съгласно получените наскоро резултати от изследване, съществено в университета Рочестър (САЩ) под ръководството на датчанката Майкен Нидерхард, по време на сън в мозъка заработва дренажна система, която извежда "отпадните" продукти от неговата дейност, които биха затруднили сериозно функционирането му. След този "мозъчен душ" човек се събужда с прояснено съзнание и "свежа" глава. За съжаление повечето страдат от безсъние търсят спасение в различни сънотворни препарати.



Динамиката и напрежението в живота на съвременния човек, както и стресът водят до постоянно нарастваща употреба на подобни средства. Само в САЩ за последните четири години този сегмент на фармацевтичната промишленост отбелязва почти 25% ръст и приход от около два милиарда долара. Според американски учени редовното приемане на сънотворни препарати увеличава почти петкратно риска от преждевременна смърт, както и вероятността от възникване на онкологични и сърдечносъдови заболявания. Всъщност многовековният опит показва, че в природата съществуват редица средства, при това напълно безвредни, които водят до добър, укрепващ и освежаващ организъм. В този кратък материал ще представим няколко напитки, чиято употреба има наистина чудотворно действие.

Чай от лайка

Лайката (*Matricaria chamomilla*) има множество благотворни въздействия върху човешкия организъм, които са познати от векове. В цветовете на това непретенциозно растение се съдържат невероятни количества физиологично активни вещества - етерично масло (до 2%), флавоноиди (апи-

генин, лутеин, кверцетин, патулетин, изорамнетин), кумарини, фитостероли, свободни органични киселини (каприлова, изовалерианова, антемисова, кафеена, хлорогенова), дъбилни и слизести вещества, тритерпенови алкохоли, полизахариди, протеини, витамини и т.н. В етеричното масло се съдържат вещества като хамазулен, бисаболол, фарнезен, мирцен, кадилен и др., които имат успокоително, противовъзпалително и омекчаващо слизестите обвивки действие. Комплексът от биологично активни вещества, съдържащи се в запарката от лайка, действат успокоително на нервната система и стомашно-чревния тракт, снемат натрупаното в организма напрежение и ускоряват заспиването. Напитката следва да се изпие половин час преди сън, без да се подсладя. По изключение любителите на сладкото могат да добавят лъжичка мед.

Във Франция с изключителна популярност се ползва билков чай, известен с интригуващото название *Nuit calme* (Спокойна нощ), в който към цветовете на лайката са добавени още две съставки - цветове на портокал и липа. Благотворното въздействие на цветовете на портокала е известно още в древността. Те

действат релаксиращо, сънотворно и успокоително върху стомашно-чревния тракт. Подобен ефект имат и цветовете на липата, което се свързва с наличието в тях на значително количество от тритерпеноид фарнезол. Наред с това те премахват и неприятното главоболие след напрегнатия ден.

Ментов чай

Ментата (*Melissa officinalis*) е била култивирана още в античните времена. В древния Рим тя била използвана за ароматизиране на заливките за пирове и тържества, тъй като се смятало, че действат освежаващо и тонизира мозъчната дейност. По тази причина древните студенти са носели венци от мента. И в наши дни невероятните свойства на ментата заслужено я нареждат между най-използваните от човека билки. Инфузията от мента действат успокоително, разслабващо и сънотворно, премахва главоболието и стреса след напрегнатия ден, противодейства на депресията и пр. Тя подобрява значително състоянието на хора, чувствителни към магнитните бури. Благотворните въздействия на ментата се дължат главно на съдържащото се в нейните листа етерично масло, в чийто състав

влизат редица биологично активни вещества - ментол, цитрал, цитронелол, евгенол, флавоноиди, полифеноли, тритерпеноиди и т.н. За добър сън се препоръчва преди лягане да се изпие запарка, получена чрез заливане на около 2 г дрога със 150-200 мл вряща вода.

Мляко с мед и жълтък

Споровете относно ползата и вредата на млякото не стихват, като противоборстващите страни вадят все нови и нови доводи в защита на своята теза. Опитът обаче показва, че изпиването на чаша топло мляко действа успокоително и сънотворно. А и усвояването на сложните протеини на млякото е по-добро именно през нощта. Седативният ефект на топлото мляко се засилва, ако към него се прибави чаена лъжичка мед и суров жълтък. Напитката (100-125 cm³) се пие бавно преди сън.

Горещо какао

Смята се, че чудотворните качества на какаовите зърна първи са познали ацтеките, които високо са ги ценели и дори използвали като платечно средство. Например през XIV век в Централна Америка един роб струвал... 100 какаови зърна. В Европа магическите зърна попадат след експедициите на испанските конкистадори през XV-XVI век. Истинският възход на какаото започва през 1828 г. - след откритието на холандския химик Конрад ван Хаутен. Чрез пресоване той отстранил основната част от маслото, съдържащото се в зърната, а от останалата маса успял да получи какаов прах, който намерил множество приложения. Последният съдържа редица вещества със силно физиологично действие - липиди (10-15%), сред които преобладават триглицеридите на стеариновата, палмитиновата, олеиновата и линоловата киселина, въглеродни (главно скорбяла, разтворими и неразтворими фибри и много малко прости захари),

полифеноли, алкалоиди (главно теобромин и много по-малко кофеин), витамини (A, B₁, B₂, B₃, B₅, C, E), минерали (калий, калций, магнезий, желязо, мед, цинк, манган) и т.н. Какаото съдържа невротрансмитера серотонин, който играе съществена роля в регулирането на телесната температура, настроението и съня и потиска възбуждането и стреса. В него е открито наличието и на редица вещества със силно физиологично действие като фенилетиламин, анандамид, допамин и флавонол, както и на аминокиселината триптофан, от която организмът синтезира серотонин. Фенилетиламинът, известен като "хормон на любовта", води до оптимистично възприемане на света, невротрансмитерът анандамид е познат като "вещество на блаженството", допаминът е хормон и невротрансмитер, за който се счита, че оказва положително въздействие при нарушение на съня и инсомния (безсъние), а флавонолът способства за подобряването на кръвообращението в мозъка. Чашка топло какао преди сън в продължение на седмица има невероятен ефект. Като "бонус" на тази напитка е нейното профилактично действие срещу сърдечносъдови заболявания и захарен диабет. В значителна степен това се дължи на голямото количество антиоксиданти, които тя съдържа - повече от червеното вино и чая. Неправилно е в напитката да се добавя мляко, тъй като се смята, че то пречатства усвояването на антиоксидантите. Желателно е и да не се подсладя или само с чаена лъжичка мед. Изпитанията средствата срещу безсъние са още настоящите от риган и лавандулов цвят, сокът от вишни, копърът и др. Важни условия за добър сън е последното хранене да предшества най-малко с три часа прегръщането на възглавницата, както и избягването на трудно усвоявани храни и алкохол.

Най-интересните статии на доц. д-р Димитър Попов, публикувани във В. "Животът днес", са събрани в книгата "Мантри за здраве и дълголетие", която се разпространява от книжарниците "Хеликон".

gpopov_bg@yahoo.com

Много хора смятат, че всекидневната употреба на кафе е неособено добър навик. Привържениците на здравословния начин на живот първо се отказват от ободрителната напитка, смятайки я за психостимулатор, и я приравняват с наркотиците, цигарите и алкохола. В същото време само през последните месеци учените доказаха, че кафето предотвратява болестта на Алцхаймер, затлъстяването и диабета. А съвсем наскоро се оказа, че любимата на милиони жители на планетата напитка предпазва и от рак.

Срещу малигнен меланом

Учени от Националния институт за изучаване на рака в САЩ изследвали данните на повече от 447 000 души на възраст от 50 до 71 години, които нямали рак в началото на проучването, продължило 10 години. През това време при 3000 участници в експеримента бил диагностициран малигнен меланом - най-опасната разновидност

КАФЕТО СЕ ИЗКАЧВА В РЕЙТИНГА НА ЗДРАВΟΣЛОВНИТЕ ХРАНИ



на кожата рак. Анализирайки събраната информация, учените направили извода, че употребата на кафе снижава риска от малигнен меланом. При това наличието на кофеин в него няма значение. Явно здравословният ефект се дължи на някакви други съставки в кафените зърна, които тепърва ще се уточняват. Въпреки че това е най-мощното проучване на тази тема, специалистите не отричат предишните твърдения, че най-важно за предотвратяване на страшно заболяване остава намаляване на времето, прекарано на слънце.

В защита на черния дроб

Ракът на черния дроб е на трето място в списъка на злокачествените заболявания с летален изход. Затова и учените не спират да търсят начини за предотвратяване на тежката диагноза. Италиански експерти също се ориентирали към кафето с намерение да установят има ли противоракови свойства. Преди време те доказаха, че кафето определено има положителен ефект за предпазване от хепатоцелуларен карцином - най-разпространения рак на черния дроб. Според резултатите от изслед-

ването при ежедневна доза, не по-малка от три чаши кафе, рискът от развитие на хепатоцелуларен карцином намалява с над 50%. Според авторите на изследването благоприятният ефект на кафето отчасти се дължи и на факта, че то предпазва от диабет, който е рисков фактор за развитие на рака на черния дроб.

В близките години учените се надяват да идентифицират веществата, съдържащи се в кафето, които притежават полезните свойства. А ценните компоненти в ободряващата напитка не са малко - незаменими мастни киселини (линолова, линоленова,

палмитинова и др.), както и антиоксидантите полифеноли. Вече е доказано, че съдържащата се в кафето хлорогенова киселина е мощен антиоксидант, който потиска възпалителните процеси, с което предотвратяват развитието на рак.

Съдейки по резултатите от тези изследвания, учените обявиха кафето за важен елемент от профилактиката на някои видове рак. Въпреки това те не съветват всеки да пие кафе, независимо дали някога го е правил или не. Все пак влиянието на напитката си остава разностранно и индивидуално. Кофеинът повишава ар-

териалното налягане, действа възбуждащо на централната нервна система, пречи на усвояването на калция от млечните продукти.

Така че учените в един момент се изправиха пред въпроса - кое има превес - плюсовете или минусите? Отговорът дойде от две мащабни американски изследвания, проведени през 2008 и 2012 година. Резултатите показваха, че любителите на кафе живеят по-дълго от хората, които не посегат към ободрителната напитка. Естествено, кафето не бива да е съчетано с цигара, защото тогава ефектът е противоположен. (ЖД)

КОРЕМ МЪЧИ БЪЛГАРИТЕ

Ако не се обърне внимание на „малките“ сигнали навреме, състоянието може да се задълбочи

Всеки втори българин се оплаква от тежест в корема или подуване и счита, че това е нещо нормално. Тези състояния обаче са симптом, че системата не работи добре, алармират гастроентеролозите. Ако не се обърне внимание на „малките“ сигнали навреме, проблемите може да се задълбочат.



Срещнахме се с д-р Гаро Албоджиян, гастроентеролог с дългогодишна практика, за да потърсим неговото мнение.

Здравейте, д-р Албоджиян! Тежестта и подуването в стомаха са рязко проблем ли са?

Здравейте. Ако дискомфортът е вследствие на обикновено преяждане, т.е. проявил се е еднократно, то той е нещо нормално и ще отшуми бързо. Но ако това състояние

е хронично и е част от ежедневието на човека, тогава една от възможните причини за него е дисбиоза (нарушен баланс на стомашно-чревната флора). Тя се проявява по различен начин при всеки - подуване, тежест, газове, разстройство или запек, спазми, гадене след консумация на определени храни и т.н.

Най-често дисбиозата се третира с пробиотици. Пробиотиците са т.нар. добри бактерии, които поддържат равновесието в стомашно-чревния тракт и отговарят за правилното протичане на всички процеси там.

Еднакво действие ли имат пробиотиците?

Търсеният добър ефект на пробиотичния продукт зависи от две неща: от жизнеспособността на „добрите“ бактерии в него и от тяхното количество.

Медицински значим ефект

може да се наблюдава, само когато продуктът съдържа поне 10 милиарда живи пробиотични бактерии.

Такъв продукт от най-висок клас, чиито ефекти

вече съм наблюдавал при мои пациенти, е ProCombo (ПроКомбо). Произведен е в САЩ по технологията DuoCap™, която позволява влагането и съхранението на

жизнеспособни пробиотични бактерии

в капсула без те да бъдат термично или химично обработвани преди това. В една капсула ProCombo има 15 млрд. живи „добри“ бактерии, които благодарение на технологията DuoCap™ успешно достигат живи в червата. Това обяснява неговия бърз възстановителен ефект. Бързината на ефекта е от изключителна полза за хора с по-остри оплаквания, като болка например или разстройство. ProCombo не е обикновен пробиотик, тъй като той съдържа и пребиотик, което е храната, необходима за оцеляването на „добрите“ бактерии в стомашно-чревния тракт на човека.

Пробиотичните бакте-

рии Lactobacillus acidophilus в ProCombo влияят на активността на свръххастежа на патогенните микроби и намаляват концентрациите на токсични вещества, метаболизиращи от тях. ProCombo осигурява ефективното обработване на храната и усвояването на полезните вещества от нея. Подпомага ефективното смилане на млечните продукти при хора с непоносимост към лактоза. Намалява риска от поява на диария, причинена от прием на антибиотици.

Етап 1. ПРИЕМ
Капсулата предпазва пробиотика в ProCombo от киселината среда в хранопровода

Етап 2. СТОМАХ
Разтваря се външната капсула и ProCombo освобождава пробиотика

Етап 3. ТЪНКИ ЧЕРВА
Разтваря се вътрешната капсула и ProCombo освобождава пробиотика, който започва да действа

ProCombo (ПРОБИОТИК+ПРЕБИОТИК) е произведен в САЩ по патентованата технология DuoCap™

procombo.com
ТЪРСЕТЕ В АПТЕКИТЕ!



Тина БОГОМИЛОВА

Златото е безценен подмладител. И ако преди векове самата Клеопатра е спяла със златна маска на лицето, сега така носят холивудски красавици като Никол Кидмън и Камерън Диас. От древността се е знаело, че ценният метал лекува и подмладява. Според Аюрведа пък златото е антидепресант и незаменим илач за душата, затова при стрес и проблеми се препоръчва носенето на златни накити.

Скъпоценният метал прави кожата свежа и сияйна, доставя й кислород, подобрява кръвообращението и премахва следите от умора.

Златната терапия

ЗЛАТОТО - БЛАГОРОДНИЯТ ДУШМАНИН НА БРЪЧКИТЕ

вече е привилегия не само на знатните и богатите, тъй като не е нужна цяла скъпоценна маска. Японците измислят технология за раздробяването на златото на изключително ситни частици, които могат да проникват дълбоко в кожата.

Златото стимулира производството на колаген и еластин, осигурява моментален лифтинг ефект, ускорява регенерирането на клетките, както и клетъчния метаболизъм, предпазва от вредното въздействие на свободните радикали и запазва влагата в кожата. Предпазва от възпаления и пигментни петна, глади бръчките и изхвърля токсините.

Звездите се подлагат на суперлуксозна терапия, при която се поставя златна мрежа под кожата. Плащат се няколко хилядарки за подмла-

дяване с около седем-осем години. Лифтингът е без хирургическа намеса, златната нишка с абсолютна каратова чистота и микроскопична дебелина се поставя под най-горния слой на кожата на лицето. Организмът прави слаба алергична реакция към златните нишки и лицето леко се подува, като придава по-плътен и стегнат вид на кожата. Златната нишка като че ли зашива бръчките. Ефектът не е моментален, алергичната реакция отминава за около две седмици, а за бръчките са необходими поне три месеца. Кожата се опъва постепенно и до една година, а златната нишка може да стои и десетина.

Много по-евтина, но също златна е терапията, когато благородният метал не се имплантира, а се разтваря в кожата със специални техники.

Процедурата варира между 300 - 400 лева. Тънкостта в изпълнението е нанасянето на специален серум, който разтваря метала. Той се поставя върху почистено лице, а върху него - златното фолио. Под действието на ултразвук и вода металът се абсорбира от кожата. След това с бавни масажни движения специалистите втриват златото до неговото пълно разтваряне и нанасят специален гел.

Друга разновидност на скъпоценната терапия, все по-често предлагана и у нас, е първо да се направи екسفолация със златен пилинг за премахване на мъртвите клетки. След това се нанася серум със златни наночастици, като се прави лек масаж, докато частиците се абсорбират в кожата за около десетина минути. След това за четвърт

час се поставя златната маска, а накрая се прави масаж със златен биоактивен регенириращ крем. Процедурата отнема около един час, като се препоръчва веднъж седмично.

Различните козметични салони предлагат разновидности, като например златния серум се вкарва чрез ултразвук, почистване със златно мляко, масаж с полускъпоценни камъни, поставяне на златни листа върху бръчките, пресован златен прах, златно олио.

Няколко дни след разкрасяващата процедура кожата блести, затова е много предпочитана преди абитуриентски балове, сватби и други празници.

Златната терапия се прави и на цялото тяло. Скъпоценният метал се използва за пилинг, маска и масаж, като процедурата отнема

около час и половина. Използва се като антицелулитна терапия, отслабване, стягане и оформяне на тялото.

Някои козметични студия пускат оферти за много евтини процедури, около 20 лева на терапия, но позлатяването често не е цялостно, а се комбинира с други подмладяващи агенти.

Авторитетните козметични марки също залагат на златото. То се поставя на дъното на флаконите на някои кремове, други пък са със златни наночастици. Предлагат се и маски със злато на прах или люспи. Козметичните тубички и шишенца с миниатюрното злато обаче са поне стотачка.

Но и най-скъпоценната терапия не може да се справи със стареещата кожа, подложена на цигарен дим, алкохолни градуси и нездравословен начин на живот.

Хранителна добавка

За допълнителна памет - Memostore

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



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

ESOPHARM

30 capsules

ESOPHARM

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

COXAMIN D

комплекс от натурален КАЛЦИЙ, Vit. D₃ и множество естествено налични микроелементи и минерали



ПРЕДПОЧИТАНИЯ ОТ ЛЕКАРИ И ПАЦИЕНТИ ПРОДУКТ ПРИ:

- остеопороза
- остеопения
- ранна профилактика на костната плътност
- скъсява времето за възстановяване при костни фрактури

Продуктите от серията COXAMIN са с клинични и лабораторни изследвания в 15 изследователски института в Европа и САЩ. Всички изследвания може да видите на www.coxamin.bg

Наличен във фармацевтичната мрежа от 2008 г.

Произведено от Marigot - Ирландия за Хербамедика ЕООД, www.herbamedicabg.com



Хонконг, където Западът среща Изтока и остана

Местният фолклор разказва, че след като пиратът страшилище Чонг По Чай се предал на властите в началото на XIX век, рибарите решили, че вече могат да населят без страх острова. След 1880 г. Хонконг вече е известно военно и търговско средище и жителите му искали да покажат по-високо качество на живот. Така започнало застрояването на острова с луксозни квартали от периферията към вътрешността и най-високия му връх. Виктория Пийк и други прелести

Безспорната атракция номер едно на града е върхът на острова, откъдето се виждат световноизвестното пристанище Виктория и полуостров Коулун отсреща. За да се преодолеят петте спирки и 1350 метра дължина на линията, преди повече от 120 години тръгва първото парно влакче на зъбчатата железница. Сега постоянна изложба от 17 документални фотоси показва пълната промяна на панорамата - от старото рибарско селище до днешните билдинги на световни банки и мултинационални компании. Кабината, известна като "дин-дин" и с интериор отпреди сто години, тръгва от ниското и изкачва 373-те метра до последната спирка за четвърт час. Терасата предоставя невероятни панорами към всички посоки, а пешеходната разходка до самия връх на острова на 552 м надморска височина показва дива, недокосната от цивилизацията флора и фауна. Мегаполисът продължава да расте

към континенталната част, към т.нар. Нови територии, където остават все по-малко от традиционните китайски рибарски селца.

В самото сити долу, където спокойно можеш да се заблудиш, че си в Ню Йорк и само йероглифите те връщат в действителността, са прочути ескалаторите, свързващи средното ниво на сградите. Това е най-дългата система от външни връзки в света, където сутрешната разходка е много различна. Стъклените сводове пазят преминаващите от дъжда, а климатизационната система е доста по-приятна от влагата и жегата на открито. На един от изходите се намира прочутият пазар Грейм Стрийт Ует Маркет, който е на повече от сто години и е сред емблематичните спирки за местните жители. Най-известните хонконгски шеф-готвачи пазаруват тук деликатесни морски дарове и зеленчуци, които не могат да бъдат намерени никъде другаде. В тази част на Хонконг

са много от музеите и паметниците и предварително разработени маршрути водят любопитните по стъпките на историята. За удобство още преди пристигането можете да се запишете онлайн в какви ли не пешеходни турове. Най-търсени са тези за гурмани, където само за 4 часа познавач ви води да опитате всякакви местни вкусоти и друг, с когото ще разгледате града през погледа на местните и ще посетите техните любими места.

С лодка до отсрещния бряг

Традиционният начин да стигнете до полуостров Коулун отсреща съвсем не е подземното метро, а старите скърцащи гемии, които за жълти стотинки често-често превозват хора и товари между двата бряга. Тук е мястото, където може в картина и аромат док-рай да се усети местният китайски характер. Има си "Женски пазар" и нощни тържища за всякакви стоки - върви

типичен ориенталски пазарлък; цели карета от улици за диаманти, обувки и всякаква електроника; улични гледачки и импровизирани китайски опери на открито; ще ви дърпат посредници, които ще ви препоръчат къде да си ушите марков костюм изгоднo.

Движението е ляво, като в Англия, както и двуетажните автобуси. Сутрин в пищните тропически градинки край сградите и будистките храмове хората практикуват тайчи, за да балансират духа и тялото. Съвсем до морето се намират някои от най-скъпите жилищни сгради в света, петзвездни хотели, неизброими търговски центрове. Натан роуд и нейната "Златна миля" е мястото с най-скъпите бутици. Местните юпита от китайски произход късат с традиционния си начин на живот и щедро се черпят в американските вериги за бързо хранене или се редят на опашки за новите колекции на световните марки. Тук, бли-



зо до културния център на града с библиотека и няколко зали, може да се наблюдава и самият остров Хонконг отсреща в целия му блясък.

Симфония от звук и светлина, и то каква!

Това е най-грабващото мултимедийно шоу на света, влязло в Книгата на рекордите на Гинес, за чийто декор служат над 40 от най-значимите и впечатляващи сгради на пристанището Виктория. Различни по вид и цвят лъчи и мощна финална заря представят незабравим спектакъл в

прослава на енергията, духа и разнообразието в Хонконг. Още на смрачаване зрителите се нареждат по крайбрежните алеи на Коулун или се качват на корабче, за да не изпуснат шоуто на звука и светлината, сътворено съвсем по китайски с много символи. Само заплаха от тропически циклон може да отмени спектакъла, който се провежда всеки ден от годината и започва точно в осем.

Алеята на звездите

Неин безспорен "гартор" може да бъде екшън геройят Джеки Чан, чието китайското име Чан Кунсан означава "роден в Хонконг". Тук и в цяла Азия актьорът с десетки роли в киното е често срещано лице по реклами за какво ли не. Той е също и много популярен певец - пее на японски, английски и кантонски и записва саундтраковете на повечето от филмите си за разпространение в района. Тук имат звезди на славата и Брус Ли и Чоу Юн Фат (в "Анна и кралят" си партнира с Джоди Фостър) - актьори, които отдавна, както и градът, са надраснали местната си слава.

Историята накратко

Това е специален административен район на Китай, който включва остров Хонконг, полуостров Коулун, Новите територии и над 200 островчета. Намира се в най-южната част на огромната страна, между делтата на Перлената река и Южнокитайско море. На територия от 1108 квадратни километра живеят повече от седем милиона души (95 на сто етнически китайци), което го прави един от най-гъсто населените градове в света. Повече от 7 милиона са туристите, които го посещават годишно. През Хонконг минава половината от износа на Китай.

Още в началото на XVI век европейците стигат до тези земи и оценяват стратегическото местоположение на Хонконг. На кантонски името му означава "Пристанището на благоуханията". Островът става британска колония след Първата опиумна война и е такъв за цели сто години. През Втората световна е временно окупиран от Япония, но остава трайно под английско управление до 1997 г., когато е върнат на Китай.

"Специален административен район" означава,

че този международен финансов и търговски център е с висока степен на самоуправление, без отбраната и външните работи. До 2047 г. на територията се гарантира да не се променя социално-икономическата система и статусът на свободно пристанище, да има отделна митница, собствена валутна система и др.

В последните месеци обаче периодично улиците на Хонконг се заливат от демонстрации. Протестиращите настояват за възможността още сега в демократични избори да посочват своите избраници, които да ги управляват. Техен символ са жълтите чадъри, с които се предпазват от полицията и лютите спрейове. Властите в Китай обявиха, че ще позволят на целия град да избере следващия си ръководител през 2017 г., но първо искат да одобрят кандидатите, съобщи Ройтерс. Това не се приема от местните демократи, които се опасяват, че хора с продемократични нагласи няма да бъдат допуснати до изборите.

Международното летище Чек Лап Кок (изградено върху изкуствен остров) е на 4-то място в света по превоз на пътници (27 млн. души на година). Официални езици са китайският и английският. Паричната единица е хонконгски долар.

Текст и снимки
Бойка ВЕЛИНОВА



Тодор ИВАНОВ

Иранският боксьор Ехсан Рузахани спечели първата световна титла на АИБА Про боксинг сериите в кат. до 81 кг.

Във финала на четвъртата и последна от първия етап Нош на професионалния бокс в столичната зала "Универсиада" той победи категорично Джоузеф Кенеди Сейн Пиер от Мавриций с 3:0 съдийски гласа. 8-рундовият мач предложи доста здрав сблъсък между сходни по стил боксьори, които редуваха размяна на удари с тактическо надхитряне.

Специалният шампионски пояс бе запазан на Рузахани от зам.-министъра на спорта Калин Каменов, който изгледа четирите срещи от първия ред до ринга в компанията на президента на федерацията ни по бокс Красимир Инински.

Въпреки че се покача като доста корав боксьор, Рузахани не сдържа сълзите си след награждаването и не успя да каже нито дума на публиката. За нейно съжаление българският състезател Спас Генов завърши участието си със загуба. 33-годишни-

ят европейски вицешампион от Пловдив 2006 отстъпи пред ирландеца Джоузеф Уард с 0:3 (56:58, 55:58, 55:59). Това бе втора загуба за Генов, който записа и две победи в първия цикъл от новите серии. Той пропусна първия кръг заради контузия, което му се брой за поражение, после победи последователно босненеца Джемал Босняк и узбека Ойбек Мамазулунов, като накрая отстъпи пред 20-годишния ирландец, който е световен шампион за младежи от 2009-а и европейски при мъжете от 2011-та.

В зрелището на вечерта обаче се превърна срещата между Матийо Бодерлик (Фр) и Никита Иванов (Рус). Смятаните за фаворити в категорията претърпяха загуби в третия кръг и не успяха да стигнат до мач за титлата, но изнесоха изключително оспорван двубой. 3 секунди преди финалния гонг 25-годишният французин намери брадата на действащия европейски шампион и го просна в нокаут, който бе втори за него само за 40 дни.

В края на март предстои начало на втория цикъл, в който отново в 4 галавечери ще бъде определен нов победител. Шампионът Рузахани няма да участва в него, а ще ча-

Ирански боксьор стана световен шампион в София

ка излъчването на претендента, с когото в пряк двубой ще определят първия носител на олимпийска квота за Рио 2016 сред професионалистите в категория до 81 кг. Останалите ще имат възможност да се бият за визи в допълнителната квалификация за профибоксьори в началото на 2016-а, на която отново София ще бъде домакин.

Красимир Ининс-

ки: Задаваме стандартите при организиране на състезания

След награждаването, президентът на федерацията по бокс Красимир Инински изрази задоволството си от проведените мачове у нас.

"Доволен съм, че българският бокс възвръща интереса на хората. Залата беше пълна, зрителите видяха зрелищни срещи, из-

живяха и много емоции. Доказахме, че задаваме стандартите при организиране на подобни важни мероприятия и съм горд от целия екип, който работи за това - заяви Инински и допълни. - Единствено съжалявам за загубата на Спас Генов. След мача той дойде при мен и сподели, че отново е изпитвал болки в ръката си вследствие на контузията, която не му

позволи да участва в първия кръг. Надявам се Спас да се възстанови напълно за втория цикъл, който започва през март, и да покаже пълния си потенциал."

Инински получи специални поздравления за добрата организация на събитието и от супервайзъра Хелмут Ранце, според когото на българската федерация може винаги да се разчита.

Ambinor

Аргинин аспармат, Магнезий, Витамин B6

ПРЕЗАРЕДИ С АМБИНОР!



За повече енергия и жизнен тонус при:

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



**Само
2 ампули
дневно**

ECO PHARM

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



Благотворителна акция ще спасява БК „Левски“

Благотворителна серия от мачове под надслов "Никога не ще останеш сам" организира БК "Левски" със съдействието на футболния тим на "сините". Спектакълът ще започне в 15:00 часа на 15 февруари (неделя) и ще продължи около час и половина.

Надеждите на старши треньора на баскетболния клуб Константин

Папазов са залата да се напълни с максималния капацитет от 12 500 зрители, което, освен че ще осигури нормално завършване на сезона, може да подейства като стимул и след това да се намери спонсор на тима. Това се е случило през 2009 г. с футболния отбор на Берое, когато се е организирила подобна благотворителна акция, а след това се е

появил и спонсор.

Същността на спектакъла ще бъдат три минимача:

Футболен мач на малки вратички между настоящи играчи и ветерани на футболния клуб;

Баскетболен мач между настоящи и бивши футболисти и баскетболисти;

Футболен мач на малки вратички меж-

ду настоящи и бивши футболисти и баскетболисти.

Масовите билети са с цена от 10 лева, но има и ВИП пропуски, които са от 100 лв. Върху билетите са изписани и различни други начини да се помогне на "Левски" - чрез DMS кампанията - LEVSKI на номер 17 777 и посредством PayPal - на клубния адрес levskisofiabasket@abv.bg

Сомалиец е новото попълнение при „сините“

Новото попълнение в състава на "Левски" Либан Абди Али е от Сомалия. 26-годишният

футболист с норвежки паспорт ще играе при "сините" до края на сезона като преотстъпен

от елитния турски "Ризеспор".

Той е четвъртият нов футболист в състава от началото на 2015 г. след сръбския вратар Боян Йоргачевич, румънския централен защитник Емил Нину и десния бек Сашо Александров.

Абди има 13 официални мача без гол за "Ризеспор" през този сезон, като едва три пъти е започвал като титуляр в седемте си срещи от турската Суперлига през есента. Той е юноша на английския Шефилд Юнайтед, а в кариерата си досега е играл за унгарския "Ференцварош" и за португалските "Олянензе" и "Академика Коимбра", откъдето е закупен от "Ризеспор" за 500 хиляди евро преди година.

Люис Хамилтън пак се раздели с екссолестката на Pussycat Dolls

Двукратният шампион във Формула-1 Люис Хамилтън отново се е разделил с американската певица Никол Шерцингер. 36-годишната приятелка на автомобилния пилот доби широка известност като солистка на популярната група Pussycat Dolls. Двойката е от 2007 г. заедно и за този период се разделя за четвърти път (2010, 2011 и 2013 г.)

Новината за края на връзката им идва само два месеца след като певицата се премести във Великобритания, за да е близо до пилота Люис. Никол призна, че е "с разбито сърце и унищожена", виждайки



как 7-годишната ѝ връзка се разпада.

"Този път наистина всичко приключи. Никол не може повече. Тя няма повече сили и е отчаяна за бъдещето си. Двамата прекарват толкова време разделени, че е непоносимо.

Люис трябва да се състезава по цял свят. Никол също има ангажменти. Това означава, че двамата прекарват повече време разделени, отколкото заедно", каза човек от обкръжението на певицата пред в. Sun.

Добрият Съсед наблизко!

T MARKET

ЦЕНИТЕ СА ВАЛИДНИ ОТ 10 ДО 16 ФЕВРУАРИ

Домати 269 цена за килограм	Портокали 085 цена за килограм	Ягоди 349 цена за килограм
Кисело мляко „Боженци“ 4%, 400 г 089	Краве сирене „Давидово“ 599	Локум „Лилел“ 140 г, обикновен, роза 039
Бонбони „Raffaello“ 150 г 499	Разтворимо кафе „Nescafe“ 3 в 1 11 + 18 г, различни видове 022	Шоколадови сърца „Terravita“ 18 г 039

Всички цени са в български левове, с включен ДДС. Представените цени са ориентировъчни и могат да се променят без предупреждение.



Независимо от загубата с 24:28 в 49-ото издание на Супербоул от Ню Ингленд феновете на Сиатъл демонстрираха добро настроение на трибуните