

# Живот и Здраве

Светът на модерния човек

[www.jivotizdrave.bg](http://www.jivotizdrave.bg)

Разпространява се безплатно

## Читателите в профил и анфас

В края на март **Маркет Тест** направи проучване на аудиторията на вестника в 24 големи български града, където "Живот и Здраве" достига до своите читатели. Резултатите на социолозите не се нуждаят от коментар:

Възрастово разпределение на аудиторията:

**18-35 години** - 27% от читателите; **36-45 години** - 20%;

**46-55 години** - 26%; **56-65 години** - 27%. **70 на сто** жени и **30% - мъже**.

Почти половината от хората, четящи вестника, са с висше образование - **48 на сто**.

Над **60%** следят вестника поне 3 пъти месечно, а **54 на сто** го препрочитат по различни поводи.

**96%** от читателите казват, че вестникът им харесва. Причината за това одобрение е най-вече разнообразната тематика и достоверната информация, поднесена достъпно. Позитивният тон на изданието се посочва от **62%** от читателите като съществен фактор за положителната им оценка.

**93 от всеки 100 читатели** имат доверие на вестника, а **83 на сто** го определят като модерен.



[WWW.HEALTH.BG](http://WWW.HEALTH.BG)

ВИДЕО

Дами,  
не пренебрегвайте  
прегледа на гърдите



Д-р Красимир Катерински,  
Национална онкологична  
болница

[health.bg/v/138](http://health.bg/v/138)

## Празници с цветни имена

Отдавна е известно, че цветята не само създават красота и живот, но имат и своя специфичен език, който е добре да познаваме, за да не изпадаме в нелепи ситуации. Значение има не само цветът, но и ароматът на китките.

В навечерието на Цветница прочетете какво послание се отправя чрез красивите растения, а и какви са лечебните им свойства.

На стр. 8



Снимка Росен ВЕРГИЛОВ

## Спас Кьосев вкара тв студио в такси

**П**реди да попадне в света на телевизията, Спас Кьосев вървял по познатия път на много младежи в България - записване за бригада в САЩ. Вложил дори пари в това начинание. Сега си дава сметка, че ако беше заминал, щеше да работи нещо като БНТ такси, само че за туристи. В

град с много казина трябвало да вози туристи в специални колици. Днес смята, че това е било намек за случилото му се след две години. Не отишъл на бригада, защото се явил на кастинг за тв водещи и го взели веднага, може би заради добрия глас. Очаквал да го обучават, но те го хвърлили направо в дълбоките

води на ефира и репортажите. Признава обаче, че е разбрал какво е журналистика едва когато започнал работа в БНТ. Седнал срещу Любимка Нягулова, която обучава водещите и репортерите на правоговор, и разбрал, че тази работа никак не е проста.

**Интервю на Екатерина Генова на стр. 11**

**ROLETRA**

Loratadine tabl. 10 mg x 10

При алергии и сенна хрема

Облекчава:

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



Антихистамин лекарствен продукт без рецепта за възрастни и деца над 7 г. Търсете в аптеките.

Ecopharm

ТЕЛЕФОН: 02 92 12 12 12  
02 92 12 12 12  
02 92 12 12 12  
02 92 12 12 12

Вече без рецепта!



А-179/13.05.2010

2011  
**Sargenor**  
PROFESIONALS

11-17 април  
**Cup**



# С банани срещу здравни рискове



Британски и италиански специалисти твърдят, че само три банана на ден значително понижават риска от ракови заболявания. Ако плодовете присъстват редовно в менюто ни, те са способни да обогатят организма ни с достатъчно калий, който намалява вероятността от образуване на тромб в мозъка с около 21%. Затова бана-

ните според експертите са идеална профилактика и срещу инсулт. Помагат и в битката с високото кръвно налягане. Въпреки това диетолозите съветват да не забравяме, че бананите са между най-калоричните плодове. Що се отнася до профилактиката на инсулта, калий се съдържа още в спанака, ядките, млякото, рибата и лещата.

## ДИАГНОЗИ

## Лечение по слух



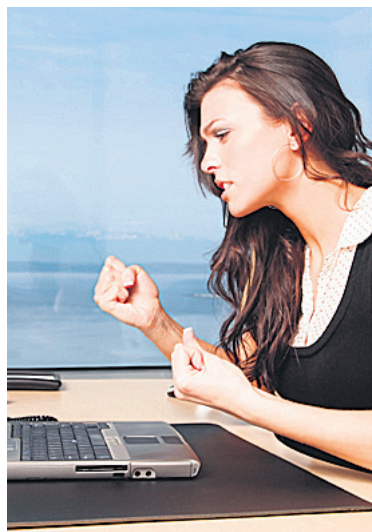
Петър ГАЛЕВ  
p.galev@health.bg

Оказва се, че в XXI век още не сме се отървали от "гобратата" стара практика да се лекуваме според мълата, че на една жена еднук си хапчета ѝ помогнали. Направо е удивително колко старание влагаме, избирайки някаква битова вещ или къде да идем на екскурзия, а когато става въпрос за най-ценното ни, се доверяваме на колежката или съседката.

Специалистите са категорични - самолечението с лекарства по рецепта е вредно и опасно! Особено когато си предписваме взимно антибиотици по стълбищните площадки. Откритието на Флеминг е спасило милиони животи през годините, но и бактериите не остават назад - приспособяват се и все по-често намират начин да се изплъзнат от действието на смъртоносните за тях препарати. Затова е важно всяко лечение да е съобразено не само с конкретното ни състояние, но и с някои тенденции, важащи за цялата популация. Единствено така се избягва тревожната антибиотична резистентност. А това съседката няма как да го знае, колкото и да е добронамерена...

Не че пледирам за всеки сърбеж или болестка да тичате в поликлиниката. Но нищо не пречи да се съобразяваме със здравия разум, който в дадения случай е защитен и с държавната политика. Не случайно има лекарства с рецепта и лекарства без рецепта. Когато става въпрос за сериозни заболявания или съмнение за такива, просто идете при лекаря. А своя личен избор можете да направите сред многобройните препарати, за които не се изисква изрично предписание, но са доказали действието си сред хората от вашата общност.

## Работохолизмът удря по сърцето



Учени от Университетския колеж във Великобритания проведоха изследване и установиха, че 11-часовият работен ден в сравнение със 7-8-часовия увеличава риска от инфаркт с две трети. В продължение на 11 години специалистите наблюдавали 7 хиляди души, които преди това не са имали здравословни проблеми. В изследването били взети предвид всички рискови фактори за сърдечно-съдови заболявания - възраст, кръвно налягане, ниво на холестерол, мютюнопушене и диабет. Оказало се, че тези от участниците в проучването, които работели по 11 часа, са получили сърдечен пристъп с 62% по-често от тези, които се трудят на стандартното работно време. Според ученияте причината е в стреса. Преди време беше открита връзка между високото ниво на кортизол (хормона на стреса) и проблемите със сърдечно-съдовата система.



## Шопингът е полезен и за мъжете

Не е тайна, че много жени лекуват душевните си травми с походи из магазините. Учени от Националния тайвански научноизследователски институт по здравеопазване обаче доказаха, че аналогичен механизъм действа и по отношение на мъжете. От гледна точка на дългосрочния позитивен ефект шопингът даже е полезен от редовното посещаване на спортната зала. Според експертите срещата с приятели или само наблюдаването на хората в търговския център може да помогне на мъжете да се справят със самотата и да подобрят психологическото им състояние.

Резултатите от изследването на тайванските учени показват, че мъжете, които всекидневно ходят в магазините, живеят по-дълго в сравнение с представителите на силния пол, които избягват покупките, като рискът от смърт се намалява с 28%. При жените този процент е 23.

## Пушачите в Аризона с по-високи здравни осигуровки

Властите в американския щат Аризона смятат да въведат допълнителни здравни осигуровки за пушачи и хора с наднормено тегло. Както предлага застрахователната медицинска компания Medicaid, стойността на осигуровката за пушачи трябва да бъде увеличена с 50 долара годишно. Повишението ще се отнася и за хора с хронични заболявания, които не

спазват препоръките на лекаря си. Като пример застрахователите дават диабетици, които не се опитват да се справят с излишните килограми.

"Ние нямаме намерение да ви забраняваме да пушите, но трябва да платите повече, защото



това, което правите, не излиза по-скъпо", каза Моника Корн, прессекретар на Medicaid.

## Не експериментирайте със здравето си!

Когато купувате витамини и хранителни добавки с недоказан произход, вие превръщате себе си и семейството си в опитни мишки.



Доверете се на

# ЦитроВит

Витамин С №1 в България



ОТ АКТАВИС - НАЙ-ГОЛЯМАТА ФАРМАЦЕВТИЧНА КОМПАНИЯ В БЪЛГАРИЯ





## През 2011 г. от конвейера няма да слезат 5 млн. коли

Някои западни автомобилни концерни ще преустановят работата си заради недостиг на японски части. Бедствието ще намали броя на произведените коли с една трета и ще вдигне цената им още през лятото на тази година. Този автоапокалипсис предсказва американската консултативна компания IHS Automotive. Според тях всекидневно от конвейерите няма да слезат 280 хил. автомобила, а само 100 хил. Още през 2011 г. общото количество ще бъде намалено с 5 млн. Това естествено ще се отрази и на световна-

та икономика. Автомобилната промишленост обезпечава около 10% от световния брутен вътрешен продукт. Не бива да се забравя и за милионите хора, които ще останат без работа.

Най-много от недостига на части страдат Европа и САЩ, защото цялата електроника за автомобилите се произвежда в Япония. С дефицита вече се сблъскаха Volkswagen и General Motors, които прекратиха производството на Opel Corsa и Opel Meriva в испанските заводи.

## Студенти изобретиха дръжка, която се отваря с крак

Група студенти от Минесота, САЩ, основаха компанията Forge, чиято основна цел е да намира нови прости решения на проблеми от всекидневния ни живот. Първият продукт на младежите вече предизвика огромен интерес. Студентите изобретиха дръжка за врата, която се отваря с крак. Тя се нарича Тоерепер и е невероятно елементарна. Няма никакви движещи се части и е с максимално опростен дизайн. Всъщност това е Г-образна дръжка върху платформа, която се захваща за вратата с четири винта. Според изобретателите това е идеално решение за врати, намиращи се на обществени места и особено в тоалетните. Можеш с крак да си отвориш, без да пипаш врата-



та. Студентите взели кредит от 15 хил. долара, за да пуснат Тоерепер в производство. Дръжката от вида hands free не е скъпа, струва 49,95 долара. До момента са продадени няколко стотин броя от нея и студентите се надяват в края на семестъра да погасят кредита.

## Ще се съветваме с приятелите си директно от пробната

В лондонските магазини за дрехи ще се появят устройства, позволяващи на клиентите да се съветват с приятели чрез Twitter и Facebook направо от пробната. Tweet Mirror е разработен от холандска компания и представлява огледало с вградена в него HD камера. Така клиентите ще могат да се снимат в пробната, веднага да се появят в социалните мрежи и да изчакаят коментарите на приятелите си. Представител на

фирмата, изобретила устройството, споделил, че се е сетил за него, когато видял как съпругата му пробва сватбени рокли и се снима, за да може по-късно да се консултира с близките си. Tweet Mirror ще е полезен и за хора, които не ползват Twitter или Facebook. Те ще имат възможността да разглеждат фотографите си в различни ракурси, за да добият пълна представа как им стои избраната от тях дреха.



## Научното бъдеще принадлежи на Китай

По брой на публикувани научни статии китайците почти са догонили американците и се очаква в близките години да ги задминат. До този извод са стигнали специалисти от Великобритания, които изследвали успехите на различни държави в научната дейност. Анализът е

направен по няколко показателя, между които брой на статиите, публикувани в научни периодични издания. По този показател дълги години на първо място е Америка, но докато от 1993 до 2003 г. нейният дял е бил 25% от всички научни статии, то от 2004 до 2008 г. процентът вече

е 21. Приносът на Китай за същия период е нараснал от 4,4 до 10,2% и от шесто място в света страната се придвижи до второ, като избухна Великобритания назад. Ако динамиката в ръста на китайските научни статии се запази, то през 2013 г. Америка ще загуби първенството.





**BULGARIA  
ON AIR**

**Списанието на  
България Ер  
стъпва на  
земята**

*Твоят бизнес свят.*

От 1 април ще откриете  
**Bulgaria On Air The BUSINESS MAGAZINE.**

Бизнес | Икономика | Анализи | Путешествия | 1 000 000 читатели | Двухезично издание







Зъбите на децата ни са в окаяно състояние



Благородната кауза кръводаряване

Доц. д-р Борислав ГЕРАСИМОВ

**Б**олките в гърба и кръста се срещат при почти всеки трети човек в най-активната възраст поради дископатия, шипове, лумбаго, ишиас, секване и други "диагнози", добили популярност сред хората.

Причината най-често е дискогенен радикулит - едно заболяване, свързано най-вече с изправения стомах на човека и свръхнатоваждането на кръстния отгел на гръбначния стълб. Острите пристъпи най-често се провокират от неправилно движение при вдигане на тежест или след простуда. Понякога болката е толкова силна, че засегнатите не могат да станат от леглото.

Увреждането на междупрешленните дискове, които са естествени амортизатори, води до образуването на дискова херния при частично или пълно разкъсване на фиброзния пръстен и излизане на пихтиестото ядро извън пределите на диска.

## Болките в кръста са напълно лечими

● Самозваните лекари могат да ви докарат сериозни неприятности

При това се образува особено "порочен кръг". Притиска се нервното коренче (радикулус), което реагира с възпаление и оток в затвореното тясно пространство на междупрешленния отвор и този диско-радикуларен конфликт предизвиква още по-силна болка и спазъм на съседните мускули между прешлените с блокаж на движенията в тази област. Всъщност този блокаж е нормален рефлекс, за да се ограничат болезнените движения.

Понякога притискането е толкова силно, че прекъсва предаването на импулсите по коренчето и води до парализиране на мускулите, инервирани

от това коренче, и болният не може или се затруднява да ходи на пети или на пръсти със засегнатия крак.

Разрешаването на този конфликт води до излекуване: премахване на болките и възстановяването на дейността на засегнатото коренче, а дисковият пролапс (херния) за 3 до 6 месеца се прибира спонтанно или се резорбира чрез защитните елементи на организма, като се замества от съединителна тъкан или се натрупват калциеви йони и се "самоизлекува" чрез образуване на шипове или костни мостове.

Над 30% от болните се излекуват само с покой

на легло и обезболяващи средства и дори не търсят лекарска помощ. Това е така просто, че е учудващо защо толкова много хора дълго страдат от абсолютно лечимата болест и се лекуват при какви ли не "специалисти" и лекари понякога с тежки последици.

Анахронизъм е препоръката да се спи на твърдо легло, което още повече измъчва страдащите пациенти. Има се предвид да се подложи твърда опора под мекия дюшек, за да не провисва тялото надолу и да се засилива изкривяването в кръстната област, а не мазохистично да се спи по пода или на дървени миндери.

Практиката показва, че по-често до операция стигат болни, които са "намествани" от неуките "правачи", при което може да се стигне до усложнения при уриниране, секс, парализи и други. Болките "изчезват", но стъпалото на крака увисва и се парализира. Помнете, че от "наместване", "газене", "усукване" и "опъване" при самозвани лекари може да получите много сериозни вреди.

При някои пациенти не може да се отрече необходимостта от оперативното лечение, особено чрез новите инвазивни и оперативни методи за активно коригиращо лечение, особено в шийната и гръдната област. Но за тези интервенции и манипулации има вече научно доказани и обосновани абсолютни и относителни индикации и алгоритми кога, как и от кого да се правят. Но решението за инвазивна намеса не трябва да бъде взимано прибързано само заради силната болка. Всъщност именно болката е един от най-сигурните

показатели, че нервът е жив и че има шанс да бъде излекуван. Затова първо трябва да се опитат другите също доказано ефективни методи за консервативно лечение, приложени от опитен и квалифициран невролог.

Много болни и техните близки не вярват, че ужасните болки могат да се излекуват напълно и успешно и те да бъдат отново нормални и щастливи хора. Тайната е в уметото съчетание на комплексна терапия от няколко вида на най-съвременни медикаменти, които да преборят диско-радикуларния конфликт чрез отблъскване на подутото притиснато коренче, след което да се създадат условия то да се възстанови и да заработи нормално, а дисковете да се укрепят, както и междудисковите ставички и другите структури в тази област. Комплексното лечение включва ново поколение медикаменти, умела индивидуална физиотерапия, съвременна рехабилитация, правилно балансирано лечение, както и локално лечение с нови съвършени билкови и природни средства като различни форми от серията "Неокс". Те не само действат противоболково и противовъзпалително, но са напълно безвредни. Затова могат да се прилагат успешно дори при пациенти със заболяване на стомашно-чревния тракт, алергии и други състояния, които ограничават възможността за конвенционална терапия.

Днес болките в кръста, причинени от дискогенни радикулити, са напълно и успешно лечими заболяване, но само при точна диагноза и при правилна комплексна лечебна схема от знаещи и можещи специалисти.

**Доцент д-р Борислав Герасимов, дм**

Началник на Клиниката по нервни болести в Университетската болница "Света Анна" - София (бившата Окръжна болница);

Член на Американската академия по неврология; Национален експерт по невротравми към Европейската федерация по неврология; Президент на Фондация "Мозъчни инсулти - нови хоризонти"; Републикански консултант по спешна неврология

Свободен прием всеки работен ден.

Служебен тел.: 9759 170; секретарка: 9759 167, GSM: 0888 565 688.

НОВОТО В WWW.HEALTH.BG



Урок по италианска кухня за начинаещи [www.health.bg/14545](http://www.health.bg/14545)



Как характерът влияе на здравето?

[www.health.bg/14574](http://www.health.bg/14574)



Да извлечем максимална полза от плодовете и зеленчуците

[www.health.bg/14560](http://www.health.bg/14560)

**Анкета онлайн**  
Консумирате ли биохрани?

48% от анкетираните имат негативно отношение към екологичните храни и твърдят, че не вярват у нас да има такива продукти.

36 на сто от участниците в допитването пък не могат редовно да консумират пресни биозеленчуци, тъй като намират пазарната им цена за твърде висока. 12% от хората твърдят, че екохраните са трудни за намиране и все още не са масово достъпни за българските потребители. Едва 5 на сто заявяват, че редовно консумират биозеленчуци.

Международният онкологичен център за диагностика и лечение се премести в "МЕДИЦИНСКИ ЦЕНТЪР МЛАДОСТ 1" ж. к. "Младост 1" бл.54 А, вх. 2 го Метростанция "Младост 1" тел.: 02/ 976 09 00 GSM: 0888 966 924

Времето променя ставите...

С грижа за всяка става!

**CHONDROSAVE**





През април организмът се нуждае от подкрепа

Снимка Росен ВЕРГИЛОВ

**Д**-р Заркова, заедно с първите цветя топлият вятър носи и усещане за обща отпадналост, разбалансираност - на какво се дължи т.нар. пролетна умора?

- Тя не е последица само от рязката смяна на температурата. Факторите, които я предизвикват, са много комплексни. Организмът е изтощен от срещата с грипните вируси и имунитетът е понижен. Слабото слънчево греене през зимата допринася за умора, защото светлината е един доста сериозен стимулатор на нервната дейност. През студентите месеци се набляга на по-малка храна, липсват пресни зеленчуци и плодове, а многото празници предразполагат и към злоупотребата с алкохол. Стресът е много сериозен, постоянен фактор за появата на

умора. Промяната в часовото време и атмосферното налягане също обръкват организма.

Когато се увеличи слънчевото греене, когато се активират всички хормони и съответно дейността на централната нервна система, организмът не може да даде адекватен отговор на настъпващите нови гравитации и тогава умората е по-осезаема.

**- Основните ѝ прояви?**

- Трудно заспиване или прекалена сънливост, отпадналост, липса на мотивация, понижена работоспособност, прояви на депресивност, недостиг на енергия, раздразнителност. През пролетта зачестяват и вирусните инфекции, защото организмът е изтощен. Обострят се стомашно-чревните заболявания. Черният гроб също е зат-

руднен заради справянето с по-мазната храна и алкохола. И въобще всичко буксува.

**- За бърз ефект обикновено прибегваме до повече кафе, енергийни напитки...**

- Кофеинът е най-използваният стимулатор на централната нервна система. Освен положителните ефекти - да ни тонизира, държи будни и прави по-работоспособни, в големи дози има отрицателен ефект. Почти всички енергийни напитки съдържат кофеин в много големи дози, което може да доведе до повишено кръвно налягане, сърцебиене, виене на свят, раздразнителност, безсъние.

**- Доколко са подходящи за децата широкодостъпните енергийни напитки?**

- Стимулиращото им действие се дължи на ко-

# Да направим пролетно почистване и на организма си

• С д-р Виолета Заркова, изпълнителен директор на антидопинговия център към Министерството на физическото възпитание и спорта, разговаря Галина Спасова

феина. Има добавени много консерванти, захар. Употребата на кофеин е особено вредна в детската възраст. Възрастните могат съзнателно да ограничат консумацията, докато децата не са в състояние да преценят и последствията са: високо кръвно, дехидратация, главоболие, сърцебиене, раздразнителност. И при данните за ръста на хипертонията и затлъстяването сред подрастващите употребата на енергийни напитки в тази възраст не се препоръчва.

Нерядко хората злоупотребяват с медикаменти, които имат стимулиращо действие върху централната нервна система или пък обратното, с такива с потискащо действие. Мислят, че по този начин ще станат по-работоспособни и по-активни, защото всекидневие то ни притиска със своите задачи.

**- Кое е доброто решение тогава?**

- Правилното регулиране на почивка и работа, изобщо режимът. Достатъчният сън. Разходките на чист въздух, балансираното хранене, приемането на протеинови



Д-р Виолета Заркова

напитки - например ако трябва да се извършва някаква тежка физическа работа - също имат стимулиращ ефект. Има аминокиселини, които въздействат по определен начин върху човешкия организъм, както например триптофанът действа върху централната нервна система, има успокояващо действие. Има други две важни аминокиселини - аргинин и аспартат, които се съдържат в препаратите "Сарженор". Той отстранява умората по съвсем различен механизъм. Първо, има детоксикационно действие върху организма. Отстранява шлаките, които са се натрупали. Както правим пролетно почистване въщи, трябва да почистим и организма си. Осезаемо е благотворното действие на споменати-



*Слабото слънчево греене през зимата допринася за умората, защото светлината е един доста сериозен стимулатор на нервната дейност*

те аминокиселини върху централната нервна система, защото балансират процесите в нея и подобряват съня, улесняват запаметяването, пропъждат депресивните състояния. Имат и енергизиращо действие. И да не бъркаме - те не са лекарства.

**- Препоръчвате този продукт за семейната аптека през пролетта?**

- Да, даже и за децата. Той няма противопоказания, може да се приема и от бременни. Чудесен е при всички състояния на умора и отпадналост. Единствено диабетците трябва да знаят, че като подсладител е използвана захароза.

## Подправките - лек при подуване на корема

*Сведения за използване на подправки има още от древни времена - семена на подправки са открити в гробниците на египетските фараони, по папируси са разчетени рецепти за ястия с ананас, синапено семе, кимион, кориандър.*

Освен че придават приятен вкус и аромат на ястията, подправките имат и други важни функции. Те подобряват усвояването на белтъчините, мазнините и въглехидратите от храната и в много случаи допълват химичния състав на основните хранителни продукти. Подправките са и чудесно средство за бързо облекчаване на много оплаквания, тъй като се абсорбират светкавично.

На базата на лечебните свойства на

подправките е разработен продуктът "Комфортекс", който повлиява благоприятно храносмилането и намалява образуването на газове.

Подуването на корема е често срещан проблем, който причинява дискомфорт, особено когато се придружава с чувство на бързо насищане след нахранване, тежест, спастични болки, упорити оригвания и къркорене в корема. Сред многобройните причини за появата му са задържането и натрупването на газове.

"Комфортекс" е комбинация от 5 лечебни растения, използвани от древността като подправки, базирана на взаимното усилие на действието им и на хилядолетното учение за здравето - аюрведа. Извлечените от тях етерични масла стимулират стомашно-чревния тракт, отстраняват газовете, увеличават тонуса и засилват перисталтиката. Благоприятният ефект настъпва в рамките на 5 до 15 минути.

**NeOx**  
Отново се гвижиш!

Успокоява мускулната и ставната болка и връща радостта от движението

Аюрведична серия 1421 София, бул. "Черни връх" 14, бл. 3, тел.: 963 15 96; 963 15 97



# Зъбите на българчетата ни оставят извън развития свят

● Брекетите решават проблеми не само с естетичния външен вид

Галина СПАСОВА

Обявената Национална програма за профилактика на денталното здраве при децата цели тези данни, по които сме практически извън развития свят, да се променят за няколко години. Залага се на първо място на информацията. Освен със семинари и брошури по училищата знанията по адекватно поведение и умения ще бъдат събрани и на специален образователен сайт. До края на 2011 г. започва силанизирането (запечатването) на постоянните гъвкателни зъби на децата от 5-6 до 9 години. Силантите са от давна доказано се в света средство срещу задържането на плаката там, където обикновено се развиват кариесите.

Ако заради нехайство или неинформираност водим децата си на зъболекар чак когато ги заболи, то нуждата от изправяне на захапката все още масово се подценява заради напълно погрешното мнение, че се прави само "за

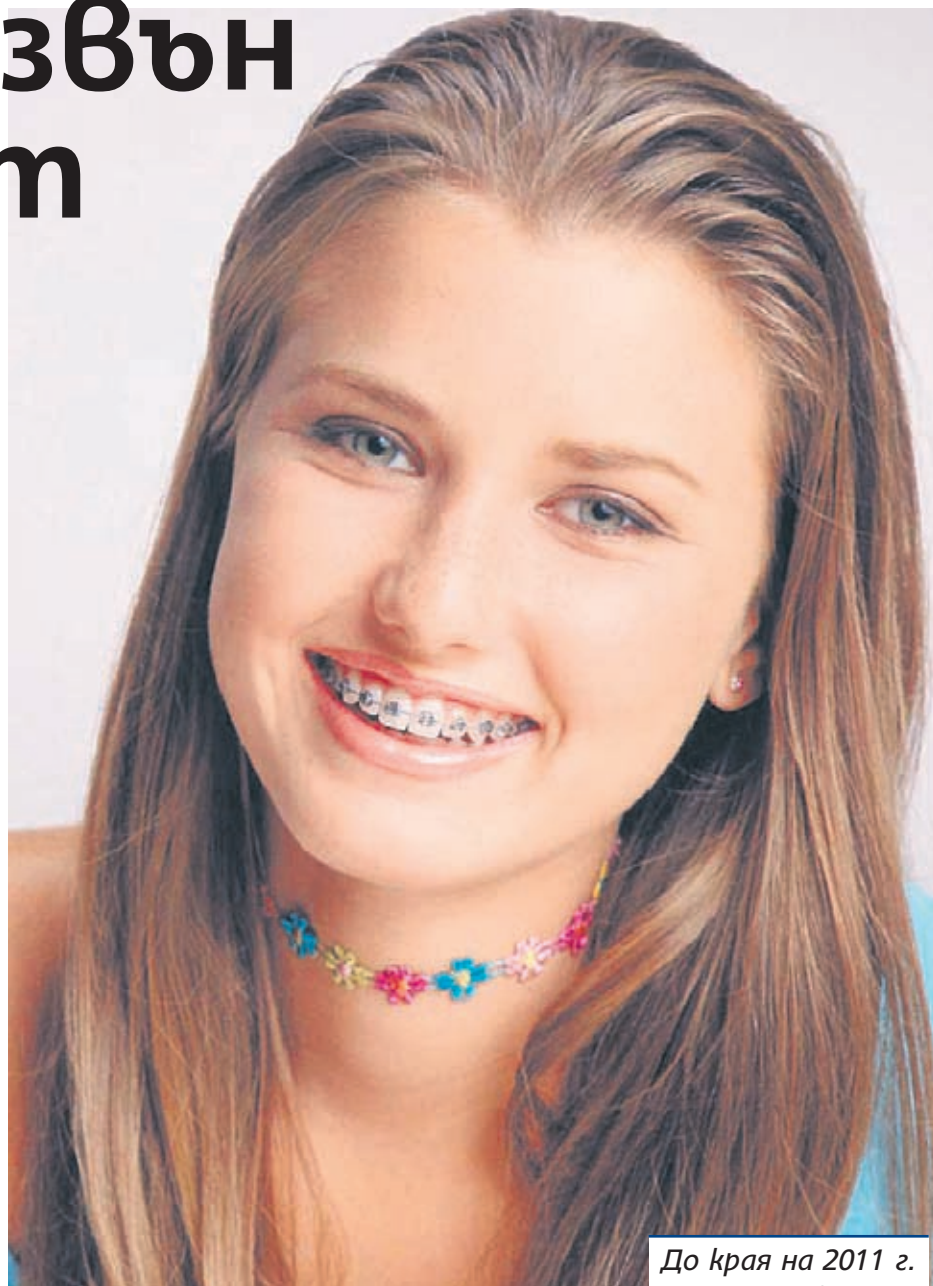
**Родителите масово подценяват грижата за зъбите на децата и подрастващите. Най-шокиращата илюстрация към това твърдение е фактът, че едва 20% от полагащите се пакети от безплатни дейности до 18-годишна възраст се оползотворяват. Само преди дни излязоха и първите резултати от голямо проучване на детското дентално здраве, според които под 10% от младежите на 18 години нямат кариеси.**

красота". В действителност опазването на зъбите от кариес и на венците от възпаление има пряка връзка с правилната захапка. И ако, както съветват специалистите, детето се води поне два пъти годишно на зъболекар, то сред основните профилактични мерки при нужда ще бъдат препоръчани и апаратите за изправяне на зъбите - брекетите. Те са малки пластинки, които се залепват върху зъбите. Имат хоризонтален улей, в който се поставя еластична, а после и

твърда дъга, която играе основната роля в изправянето на захапката.

"Брекетите не са просто козметика - казва д-р Николай Шарков, детски стоматолог и председател на Българския зъболекарски съюз. - Заедно с добрата хигиена и правилното хранене те са основен фактор за предотвратяване на кариеса." Според него често причина да не се слагат брекетите е характерната за децата и особено за юношите задриженост за външния вид - тъй като брекетите се виждат. Цената на цялото лечение е между хиляда и три хиляди лева, но си заслужава да се сложи на възните заедно с трайните ползи за здравето, а и естетическия ефект.

Брекетите се поставят на постоянните зъби



Брекетите не само изправят зъбите, но станали и моден аксесоар при младежите

- т.е. след 12 години, но горна граница за възрастта няма. "Знам пациенти и на 50 години, но при тях се слагат и с друга цел - като задържане на зъбите в устата и т.н. Има и естетични брекетите, изработени от съвременни керамични материали, както

и такива, които се поставят откъм страната на езика и небцето и не се виждат. Естествено, финансовият фактор е един от водещите, което възпира масово да бъдат приложени. Но поставянето на брекетите решава проблема с кариеси, с гин-

До края на 2011 г. започва силанизирането (запечатването) на постоянните гъвкателни зъби на децата от 5-6 до 9 години

гивити, с пародонтопатии", каза д-р Шарков.

## Защо възрастните чупят крайници

През последните години специалистите установиха интересна закономерност. Има хора в напреднала възраст със значителна остеопороза, които никога не получават фрактури, както и техни връстници, които, макар и без тежки нарушения в костната плътност, претърпяват счупвания. Основната разлика между двете групи се оказват инцидентите с падания. Старите хора, които не падат, много рядко се оказват в болницата с фрактура. А в другата група, дори и без тежка остеопороза, се отчитат различни ви-

дове счупвания, настъпили заради падане.

Причините възрастните да падат са комплексни - нарушено зрение, проблеми с равновесието, ставни деформации, неврологични заболявания, резки колебания в кръвното налягане, но на първо място са отслабените рефлексии на долните крайници и намалената мускулна сила в тях. Един от факторите, водещи до отрицателна промяна в рефлексите и мускулния тонус, е недостатъчното количество на витамин D в тялото. За да се превърне в активно действа-

ща субстанция - D-хормон, този витамин трябва да се преработи в бъбреците. А те са сред органите, които с възрастта най-отчетливо намаляват функцията си. Поради това се налага при хората над определена възраст витамин D да се приема в преработена форма, за чието усвояване не е необходимо участието на бъбреците. Такъв препарат е алфакалцидолът. Той подобрява комплексно възможността за сигурно движение не само чрез укрепване на костите, но и чрез подобряване на рефлексите и мускулната сила. (ЖЗ)

**Лекари, с които можете да се консултирате по отношение на остеопорозата и стабилността на опорно-двигателния апарат, са:**

Д-р Стоянка Владева - ревматолог

Стара Загора - ул. "Св. Богородица" 68 тел. 0887 400 9723

Д-р Димитър Негков - ортопед

Етрополе - МБАЛ, всеки ден Ботевград - ДКЦ, Вторник и четвъртък - следобед тел. 0899 176 846

Д-р Станислава Алиманска - специалист ВБ и ревматология

Пловдив - ДКЦ 2, бул. "Шести септември" № 110, ет. 1, каб. 25 тел. 0888 370 538

LABORATOIRES  
**BIOFAR**  
EFFERVESCENCE  
Tri Activ

НОВО  
ПОКОЛЕНИЕ  
ВИТАМИНИ

27  
Vitamin  
300  
Vitamin  
3000  
Vitamin  
600  
Vitamin  
600  
Vitamin  
600

МАКСИМАЛНА ЕФИКАСНОСТ



И тази пролет започна кампанията по кръводаряване. Неведнъж сме говорили за този акт на благородство и вътрешна мотивация да помогнеш, но този път екипът на вестник "Живот и Здраве" реши да погледне отвъд цифрите и статистиката, да потърси личната история и емоциите на хората.

Мирослава КИРИЛОВА

„Много ми е болно, когато гледам и слушам по телевизията за деца с труднолечими и дори смъртоносни болести, които се мъчат заради недостиг на кръв. Сигурна съм, че ако аз съм на тяхното място, и мен щях да ме съжеляват. И аз щях да очаквам да ми се помогне... да оживея. Когато стана по-голяма, с удоволствие бих дарила кръв - без значение за кого е!“ - споделя осмислеността Румяна Савова. Велizara Кирилова пък е в девети клас, но от няколко години е доброволец на Българския червен кръст.

Мненията на тези млади хора определено са оптимистични и дават надежда, че кръводаряването ще се развива. БЧК е партньор на Националния център по трансфузионна хематология (НЦТХ) и от години те съвместно пола-

гат усилия, за да намерят сърцати съмишленици на каузата.

Екип от специалисти на центъра и БЧК запознават всяка година желаещи доброволци с важни знания за кръвта, значението ѝ за живота на всички ни, кръводаряването, кръвопреливането и необходимостта от осигуряване и увеличаване на дарителите на безопасна кръв. Така на територията на столицата за няколко години вече са обучени между 100 и 150 младежи. "Те се мотивират най-вече от идеята, че ще бъдат полезни на хората, нуждаещи се от кръв. Разваля контактът с един човек, който е решил да дари част от себе си за живота и здравето на друг" - сподели г-жа В. Николова, щатен ръководител на 5-и ТЦ на БЧК. От там ни разказаха за една възпитаничка на 144-то СОУ, която от девети клас участва в промоции за кръводаряване и успешно мотивира много хо-

# Запалете свещичка, подарете живот!

● Каузата да помогнеш, като дариш кръв, обединява и християни, и мюсюлмани

ра да дарят безвъзмездно от животоспасяващата течност.

Истината е, че в столичните бизнес паркове благородната кауза среща доста съмишленици: "Сравнително отскоро организираме кампании там - от няколко години, но ни впечатлява фактът, че тези млади, интелигентни и доста активни хора откликват на поканата ни да дарят кръв, щом им се обясни по подходящ начин" - разказа ни Ева Динкова от НЦТХ. През миналата година подвижни екипи на центъра всекидневно са посещавали банки, фирми, предприятия, централни ведомства и гр. "Бавно и постепенно се увеличава броят на кръводаряванията у нас. Статистиката показва, че в периода 2000 - 2009 г. растежът е от 148 449 до 160 417, но за развиването на тази положителната тенденция екипът ни ще търси нови начини за провокиране

на обществото" - увери ни тя.

Пролетната кампания за безвъзмездно и доброволно кръводаряване през 2011 г. е потвърждение на думите ѝ. Центърът заедно с Министерството на здравеопазването, с подкрепата на БЧК и други неправителствени организации, провеждат няколко инициативи, някои от които вече са факт. Сред тях са промоционални кампании и организиране на кръводарителски акции в столичните училища сред учениците, навършили 18 години (от началото на годината до края на март 128 зрелостници от десет средни училища са дарили животоспасяващата течност). От 30 март до 24 май пък се очаква в около 20 висши учебни заведения да бъдат проведени 50 акции за кръводаряване.

Значимостта на това да дариш 450 милиметра кръв, които са безценни за

На 17 април, Цветница, край четири столични православни храма ще бъдат разположени временни екипи, така че Всеки желаещ ще може да се включи в кръводарителската инициатива

някого, си личи по това, че и християни, и мюсюлмани, хора от различни религии, се обединяват за каузата да помогнеш. Не с пари, а с частичка от себе си. През изминалата година например за първи път по инициатива на Главно мюфтийство на Република България и във връзка с честването на рождението на Пророка Мохамед се проведе кампания по кръводаряване "Най-добри и най-честити сред

хората са най-полезните за тях". Десетки мюсюлмани се отзоваха на призива. Седмисет и един от тях дариха кръв във временните пунктове в помощ на нуждаещите се.

На 17 април, Цветница, пък край четири столични православни храма - "Св. Неделя", "Св. Георги", "Св. Седмочисленици", "Покров Богородичен", ще бъдат разположени временни екипи на НЦТХ, така че Всеки желаещ ще може да се включи в кръводарителската инициатива. Негово Светейшество Максим, Митрополит Софийски и Патриарх Български, благослови подготовката и провеждането на тази кампания под наслов "Запалете свещичка, подарете живот!", "...когато Светата православна църква чества големия християнски празник Вход Господен в Йерусалим - Цветница, да извършите вашата човеколюбива мисия за кръводаряване пред столичните храмове...", каза той.

# МАГИ ЖЕЛЯЗКОВА

## С ТРИМА ЕКСПЕРТИ

гурата ми.

**Как така по-интензивна грижа, та ти изглеждаш страшно?**

Много ти благодаря, но трябва да бъдем честни и да си признаем, че всяка жена качва някое-друго килце през зимата. Особено на ханша и коремчето. Все пак сме нормални хора, нали?! (Пак се смее.)

**Как успяваш да поддържаш винаги перфектен външен вид?**

Лесно! Всъщност аз от 14-годишна съм на модния подиум и това ме е научило да държа много на външния си вид. А и всички знаем, че красотата всъщност е здраве. Затова напоследък съм се доверила на трима експерти, които се грижат за мен.

Истината е, че реших да си помогна с хранител-

ни добавки за редуциране на телото. Спрях се на известната комбинация Vitaslim LIGHT + Vitaslim LINE + Vitaslim FITNESS — моите трима експерти. (Смее се.) Те буквално ме спасиха от постоянното съобразяване какво ям, кога го ям и как ще ми се отрази това ядене на фигурата. С тази схема плюс фитнес

**Vitaslim FITNESS**  
100 % чист L-carnitine за стегнато и оформено тяло

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

два пъти седмично за 1 месец свалих зимните 3-4 кг. Сега работя за стягане и оформяне на тялото. В интерес на истината се чувствам супер тонизирана и енергична. Най-хубавото обаче е, че имам достатъчно време за сина си и съпруга ми. Все пак преди всичко аз съм майка.

Сега ще попитате защо пък точно Vitaslim?!

**Vitaslim LINE**  
изгаря мазнините в проблемните зони

Ами защото от 2 г. ползвам техния продукт за красива коса, кожа и нокти — Vitaslim BEAUTY. И след като съм доволна от него, прецених, че и другите продукти от марката ще са също толкова качествени и ефективни. И не се излъгах — вече имам по един експерт за всеки проблем. (Пак се смее.)

**Vitaslim LIGHT**  
потиска апетита и изгаря мазнините



Търсете в аптеките!

www.vitaslim.bg

В откровен разговор магнетичната красавица разкри своите тайни

**Здравей, Маги! Изглеждаш невероятно, какво ново около теб?**

Е, как няма да изглеждам невероятно, като съм в творческа почивка. (Смее се.) Отдавна не съм имала достатъчно време, което да използвам за здравословен начин на живот. Разработвам и нов професионален проект, но за момента ще го запазя в

тайна.

**Пролетта вече дойде, подготвяш ли се за лятото?**

Мдаа, естествено, че се подготвям — плажове, бански, почивки... (Смее се.) Следя какви ще са модни тенденции на плажа този сезон, разглеждам актуалните оферти за почивки и най-вече започнах програма за по-интензивна грижа за фи-





## Знаете ли, че...

Младите майки, които кърмят бебетата си, имат по-добра фигура в средна възраст от жените, които хранят децата си с изкуствено мляко.



# Тайнственият език на цветята

Цветница е празник, който кара природата и хората да се усмихват, защото цветята са божествен дар за хубост и здраве. Отдавна е доказано, че те ни правят по-спокойни, по-силни и по-усмихнати.



Тина БОГОМИЛОВА

Техният цвят и аромат имат магически сили. Според психолозите студеният цвят свалят напрежението, а топлите дават енергия. Ще намалите стреса с розови или жълти цветя, а спокойствие ще си осигурите с разноцветен букет. Жълтите цветя излъчват енергия и ни зареждат емоционално, а белите действат успокояващо. Червените палят страстта и апетита. Зелените растения ни правят по-амбициозни, а сините - по-спокойни. Ако сте на диета, се оградете с лилави китки. Ароматите

Навсякъде по света розата означава любов, карамфилът - страст, зюмбюлт - среща, мащерката - сполука

на цветята възвръщат общото равновесие, успокояват психиката, регулират кръвообращението, поддържат концентрацията, самочувствието и работоспособността.

Хората са измислили легенди и дори "език", на който говорят цветята.

Навсякъде по света розата означава любов, карамфилът - страст, зюмбюлт - среща, мащерката

Ако сте на диета, се оградете с лилави китки

- сполука. Сладкият аромат на теменужката поражда милосърдие, а здравецът - смелост.

Всяка десета българка носи име на цвете. Най-много са Цветанките и Цветелините, чиито имена са символ на съвършенството в природата. Казват, че и затова тези дами са красиви и щастливи.

Розата е нарочена за царица и се твърди, че името дава госта властност. Но и коварство заради бодлите. На розата се приписва магическата сила да привлича любов. Освен това съдържа ценни вещества за здрава, хубава кожа и възбужда ухания.

Маргаритката е загадка. Но освен че показва дали някой ни обича, тя е и чудесна билка, използвана в Аюрведа. Азиатците я употребяват при сухота и болки в гърлото, при зъбол и хрема.

Невените са добри приютелки. Цветето може да расте навсякъде и е чудотворен лек. Мехлемът заздравява раните, а чаят успокоява нервите и стомаха. Невенът прави кожата гладка, а косата - лъскава.

Лилията е символ на душевна чистота. Името е от френското "ли-ли", което означава бяло-бяло. Твърди се, че това цвете предпазва от лоши очи и зли сили.

Теменужката (Виолетка) държи наведено цветето си и затова е символ на скромност. Още в древността е открито лечебното ѝ противовъзпалително действие.

Слабостта действа. Срамната усмивка успокоява нервите и сърцебиенето, тонизира и чисти кожата. Според легендата първите виолетки израснали под кръста Господен и затова лилият им цвят е символ на страдание и мъдрост.

Изликата се бере за украса, но и за лек. Твърди се, че има повече витамин С, отколкото лимона. Народната медицина я препоръчва при малокръвие и изтощение. Някъде я добавят към салатата, другаде - към ракията. За гедите ни е била барометър, тъй като свитите ѝ през геня листенца са предвестници на дъжд.

Латинката е не само цвете, но и подправка. Слава се в оцет и салата. Попада и в рецепти за лечение на авитаминози, анеми, бъбреци и косопад.

Четирилистна гетелина взела Ева при изгонването от Рая. Но дори и с три листа, тя има целебна сила. Народната медицина препоръчва сока ѝ при обилна менструация, атеросклероза, отоци. И гетелината става за салата.

Дилианката е ценна билка, която успокоява и води съня. Отварата от билката помага на сърцето и понижава кръвното. Ползена е за дамите, навлизащи в трудна възраст.

Цветята красят природата, тялото и душата. И затова отдавна човек се стреми да улови чудния им мирис и да овладее тайнствения им език.

## ЛЮБОПИТНО

### Витамин D



Недостигът на витамин D в кръвта може да стане причина кръвоносните съдове да загубят еластичността си, твърдят британски експерти. Те провели изследване и установили, че даже да се вземат предвид рисковите фактори като възраст, тегло и ниво на холестерола, дефицитът на този витамин оказва сериозно негативно влияние върху съдовете, което повишава кръвното налягане.

## Вегетарианство



Според научна разработка, публикувана в Journal of Agricultural and Food Chemistry, отказът от месо и продукти от животински произход увеличава риска от образуване на тромби и атеросклероза, сърдечни пристъпи и инсулт. Специалистите установили, че в менюто на вегетарианците липсват важни вещества като желязо, цинк, витамин B12, мастната киселина омега-3, което може да доведе до сърдечно-съдови проблеми.

## Боровинки



Според американски учени най-полезният сок в света е от черни боровинки. Както показват изследванията, този сок е по-здравословен от ябълковия и гроздовия. В черните боровинки се съдържа голямо количество антиоксиданти и различни природни, сложни по състав вещества, които притежават противовъзпалителни свойства. Ведущите експерти поясняват, че една чаша 100% боровинков сок осигурява среднодневната норма от витамини за организма.

## МЕДИЦИНСКИ ЗАСТРАХОВКИ



ТРАДИЦИЯ И СИГУРНОСТ



# Пликчетата - символът на човешката безотговорност

● Кметът на Кюстендил показва как екоматериалите могат да заменят полиетилена

*За първи път полиетиленовата торбичка се появява не в магазина, където пазаруваме, а през 1977 г. в лабораторията на учените, занимаващи се с органометална химия. С пълна сила тогава са се провеждали и експериментите с братовчедите на пликчето - полимерните продукти като дамските чорапогачи и силикона.*

Саша МАРКОВА

Днес торбичката, гениалното откритие на XX век, виси по клоните на дърветата, рее се във въздуха и скита по улиците на XXI век.

С годините полиетиленът се превръща в проблем, и то глобален. Все повече държави в света търсят решение на законодателно ниво. Идеята да се забранят найлоновите пликчета подкрепиха дори Африка и Азия. На дневен ред екологичната заплаха от заместителите на платнените торби се обсъжда и в законодателството на Европейския съюз. В България опитите неуспешно преминаха от допълнително заплащане на торбичката в магазина до взимането на екотакси. Но резултатът си остана същият - полиетиленовите пликчета са все така жизнени, неразградими и вредни за околната среда.

Всички добре познава-



Всеки разумен българин би се отказал от удобството на найлоновото пликче в името на чистата природа  
Снимка Рада ПЕТКОВА

ме хартиената торбичка от времето на социализма, ните "Плод и зеленчук", а нейния доста по-голям вариант сме виждали по американските филми. Само че цената ѝ вече не е достъпна за българина. Излиза, че да си еко е модерно, но и доста скъпо. Освен това спорно е и колко си еко, щом, за да произведеш и употребиш въпросната хартиена торбичка, трябва да отсечеш дърво.

Друг достоен заместник на полиетиленовото пликче е направеното от дегрален. Той е подобен на полиетиленов материал, който обаче, подложен на слънце, въздух и вода, след време изчезва. Тези тор-

бички имат определен срок на годност, но не са подходящи за получаване на органична тор - компост. Затова пък цената им не е по-различна от тази на полиетилена.

"Всичко, което може да се произведе от полиетилен, може да се направи от дегрален, той е негов абсолютен заместител. Дали ще са чанти с възрастни дръжки, дали ще са от шумящ материал или от този с ниска плътност - всичко може да се изработи. Нещо повече, въведохме вече и деграленови продукти сред стандартните, в това число най-използваните по магазините торбички тип „потник“. Разпола-

гаме с наличности и за тях не трябва поръчка. Опитваме се да убедим хората да си купуват от тях вместо полиетиленови торбички, за да опазим България чиста" - казва Огнян Ангелушев, мениджър корпоративни клиенти във фирмата за производство на торбички.

Остава обаче въпросът как ще се мотивират българските търговци и производители да използват новите екоопаковки.

Според г-н Ангелушев първият начин е да се наложи това като изискване от страна на управляващите. Следващият е бизнес интерес - разграждайки се, опаковките няма да висят като антиреклама по храстите и дърветата. Накрая идва и чисто човешкият мотив - децата ни да не живеят в боклуците, в които е затънала страната ни.

Друга алтернатива на полиетиленовото пликче е

торбичката от царевично нишесте. Цената ѝ обаче е значително по-висока от неразградимия ѝ събрат. Предимствата ѝ са в това, че тя е органичен продукт и може да се разгражда чрез компост. За жалост този вариант все още е чужд на България, като се има предвид, че разделното събиране на боклука е доста неэффективно.

Според Огнян Ангелушев деграленът ще се наложи над хартиените пликче по една важна причина - по-евтин е от тях. Спрямо торбичките от царевично нишесте деграленът има сериозно предимство. Но трябва да се направи разделение за какъв тип екология говорим, дали за компостируеми торбички, или за такива, които се раз-

раждат и изчезват... Все още няма организация на държавно ниво, която да се занимава с компостиране на биопродуктите, към които спадат и "царевичните" торбички" - казва Огнян Ангелушев.

Ясно е, че трябва твърда ръка в битката с торбичките. Така както направи преди три години кметът на Кюстендил Петър Паунов, който забрани полиетиленовите пликчета в рамките на града. Изваждането им от магазините стана чрез седмемесечна разяснителна кампания, като търговците

се задължиха да заменят полиетиленовите торби с такива от екоматериали. Положителният резултат не закъсня. Хората започнали да си носят платнени торби или пък си купували от поскъпите с 5 стотинки пликчета от екоматериал,

какви то предлагали в цялата търговска мрежа.

Не само че забраната направила града по-чист, но и хората започнали да се разделят с навика си да хвърлят боклуци безразборно. Така бил постигнат пълен синхрон между общината, търговците и гражданите, от което спечелили всички. И най-вече градът, в който живеят.

За всички, които все още не знаят как да се справят със заплахата, наречена „найлоново пликче“, остава надеждата, че следващите поколения ще проявят повече разум и далновидност. А кацналите по дърветата пликчета ще останат в миналото.

## България да стане биозона на Европа

На дискуссионен форум в НДК, в рамките на изложението "Еко и биохрани, напитки, продукти и технологии" бе представена темата за приложение на европейските стандарти в биопроизводството.

Идеята е България да стане биозона в Европейския съюз. Пътят за постигането на това е чрез развитие и стимулиране на сектори като биопроизводството и биотърговията. Това, разбира се, е невъзможно без прилагане на закони на европейско и национално ниво, водещи до устойчиво икономическо развитие на малкия и средния бизнес, борба с климатичните промени и опазване на околната среда.

Приоритет на ЕК и Стратегия 20-20 е изграждането на биоикономика до 2020 г. Целта е да се увеличи общият дял на биопродуктите в отделните отрасли. Държави като Китай, Южна Корея и Турция настигат Европа по отношение на биопроизводството, което може да застраши с внос националните производства.

За съжаление биопроизводството и биоземеделството в България са почти бутаковни. Обикновено цените са високи и такива продукти трудно се реализират на пазара. Биопроизводителите и би-

отърговците се сблъскват с редица проблеми, като липсва пълна синхронизация на българското с европейското законодателство. Изплащането на предвидените целеви субсидии не се извършва или се бави до критични за бенефициентите срокове. Няма изработен национален план за биологичното земеделие.

Няма пълнен публичен регистър на биопроизводителите в България, не се поддържа актуална статистика на биологичните продукти у нас.

Подготовката на държавните служители по темите "Биопроизводство" и "Търговия с биопродукти" все още не е на необходимото ниво, което е пречка за пълноценното усвояване на европейски средства, липсва и необходимата мотивация в определени държавни структури.

Това бяха основните проблеми, които дискутираха на форума представители от Народното събрание, евродепутати, Българската агенция по безопасност на храните, Българската асоциация "Биопродукти", народни представители и биотърговци, които се обединиха от идеята най-после да има ясна политика по отношение на биохраните и биоземеделството, за да стане страната ни "зеленият остров" на Европа.

**Sargenor**

**Нагвий умората!**

3x1 на ген

За повече информация:

**Ecopharm**

ЕКОФАРМ ЕООД, 1421 София  
Бул. Черни връх, № 14 БЛ.3  
тел: 963 15 962, 963 15 97  
факс: 963 15 61

Лекарство за възрастни и деца над 2,5 год. Съдържа Аргонин аминокислота. Преди употреба прочетете листовката.





## В името на държавността, за духовно възраждане на нацията



По това мото възрождената Българска академия на науките и изкуствата (БАНИ) проведе на 9 април 2011 година своята трета пролетна сесия на Общото събрание.

Вярна на своето кredo да обединява българския научен и културен елит с доказани родолюбиви и патриотични качества, Българската академия на науките и изкуствата и сега стана трибуна на свободния български национален научен и културен елит, който работи с възрожденска жар за благото на българската нация и развива науката и изкуството в духа на националните ни и демократични традиции при новите условия на българското членство в Европейския съюз.

По традиция и сега прозвуча-



ха националните химни на България през различните исторически периоди: "Мила родино", "Шуми Марица" и "Де е България", както и химнът на академията "Върви, народе възродени". Прочетена беше и Молитвата за България на Българската академия на науките и изкуствата.

В своето встъпително слово председателят на БАНИ акад. проф. д-р Григор Велев посочи, че структурирането на академията е приключило, и очерта творческите посоки за бъдещото развитие на организацията.

Акад. проф. д-р Боян Лозанов, акад. проф. д-р Атанас Киряков и акад. проф. Иван Газдов представиха кандидатите за нови членове на академията в областите на науката и изкуството.

За изключителни заслуги към дейността на БАНИ за член благодетел с единодушие и аплодисменти бе избран **д-р Петър Велев**.

За нови членове на Българската академия на науките и изкуствата бяха избрани общо 48, души, между които в областта на науката: за академици - **проф. д-р Искра Мажракова, проф. д-р Григор Горчев, проф. д-р Данаил Петров, проф. д-р Венко Александров**. А в областта на изкуството: за академици - **проф. Александър Йосифов, Милка Митева, проф. Георги Костов, проф. Дора Христова, Васил Михайлов, д-р Лиляна Мавродинова**.

За дописни членове: **Веселин Маринов, Найден Тодоров, Деян Павлов и други**.

Във втората част на Общото събрание бяха приети отчетните доклади на председателите на отделенията за нау-

ка и за изкуство акад. проф. д-р Миладин Апостолов и акад. Румен Леонидов.

Общото събрание прие единодушно промените в устава на БАНИ, предложени от главния секретар на академията акад. Емил Александров.

Те предвиждат разкриване на отделение "Представители на гражданското общество", създаване на стопански дружества към БАНИ, на Фонд БАНИ и на Съвет на ректорите на висшите училища с участието на Тракийския университет в Стара Загора, Агрономическия университет в Пловдив, Музикалната академия в София, Кърджалийския университет и Медицинския университет в Плевен, Военномедицинската академия.

Бе приета и програма за честване на националните празници и кръгли годишници на членовете на академията.

### ДУМИТЕ



Румен ЛЕОНИДОВ

### Разрушението е на изчерпване

Само след 10 години Книгата на живота ни ще изглежда по съвсем различен начин. Не само защото последната страница на тази историческа книга няма да бъде опръскана по навик с кръв. И не защото просто ще бъде Друга книга. И не понеже авторите ѝ ще се наричат с други имена. А защото захвърлената змийска кожа на историята ще ни се стори по-разбираема и не чак толкова нелогична. А и болката по мъртвите ще напомня на живите цената на изцелението. И те ще знаят как да разпознават зизагите на своите и чуждите сред зелените поля на първичната свобода.

Вълнението ни, ако има вълнение, ще идва от печалта и трезвостта на дните, през които загубиме последното си дете, гетето на улицата ни надежда. Между редовете на недописания още некролог ще надгнча неясният детски образ на бъдното. А то, както вече сме учили, принадлежи на победителите. И те ще го разкажат с думи прости, когато дойде краят на безвремието. И на небивалата морална мизерия, покруса и отчаяние. И може би чак тогава ще удари всеобщият час и ще дочакаме своето Рождество по време на Възкресение.

Къде е тук драмата? В населението, което пропуснало урока за това що е нация? В детинската му доверчивост, граничеща с тъпота? Или в огромния скепсис на малкия човек, който знае, че нищо не зависи от него?

Всъщност драма няма. В драматургията на битието има само сюжети. Като днешния. С герои. В началото мънички, неизвестни, после големи, популярни, високи, накрая пак малки, миниатюрни, мерзки. Герои на входа - волеви, войнстващи, водещи, на изхода - безволеви, примирени, сведени.

Но Разрушението е на изчерпване. Иде краят на филма, в който лошите неочаквано стават добри, а добрите - още по-неочаквано - лоши. В съдържанието вече няма да има нищо неочаквано. Само дето времето няма никога вече да е наше, защото отдавна не е нищо.

## Честит Рожден Ден, **КОМО!**

Магазинът, в който обикновено влизаш за нещо конкретно, но се заиграваш с хилядите възможности и се размечтаваш за съвсем нов дом, стана на 6 години! Да, става въпрос за КОМО - хипермаркетът, който винаги може да те изненада със свежа идея за дома. Каква по-подходяща възраст за някой, който не спира да се променя, винаги е готов да те провокира с приятна идея или нестандартно предложение?

Рожденият ден беше отбелязан в компанията на Део, с доброто настро-

ение и активното участие на всички гости на възраст между 4 и 64 години. Песни и лакомства не липсваха, като на всеки рожден ден. Гостите си тръгнаха, отрупани с подаръци, и, разбира се, оставиха своя подарък - картина на мечтания си дом, нарисувана специално за КОМО. От хипермаркета поежа ангажи-мента да запазят картините до следващия рожден ден, когато изненадите ще бъдат още повече. Обещаха и друго - празнуването продължава със специални оферти през целия април!





# Забелязвам умора в мечтите на хората

● Със Спас Кьосев разговаря Екатерина Генова

Снимка Росен ВЕРГИЛОВ



**П**реполагам, че често те питат случайни или уговорени са срещите ти в БНТ такси.

- Всички са случайни, почти всички са интересни. Когато каним някого нарочно, винаги давам възможност на зрителя да разбере, че сме се уговорили предварително. Но когато пътникът седне отзад, нито аз имам предварителни въпроси, нито събеседникът ми знае за какво ще си говорим. Може да ви прозвучи странно, но во-

гещ в интервюто е човекът, качил се в таксито.

- Как избираш кого да качиш, или хората просто махват с ръка и те спират?

- Заставам на някоя спирка на градския транспорт, където обикновено има много хора. Заедно с редактора до мен преценяваме кой от чакащите е подходящ за темата, кой е интересен. Понякога е въпрос и на химия.

- Как реагират чакащите на спирката - по-често се съгласяват или по-често отказват?

- В началото беше по-трудно да ги качим. В момента всички обичат БНТ такси и все по-често казват, че следят редовно предаването. Изненадвали са ме хора, които сядат и казват, че винаги са мечтали да попаднат на задната седалка. Много е приятно.

- Виждам, че БНТ такси е твоята тръпка, мнозина биха говорили по-разпалено за ролята на водещ на централните новини.

- В таксито всичко е непредвидимо и затова има тръпка. В новините има строги правила, които се спазват, има образ, в който водещият трябва да влезе. Но двете роли са свързани.

- Мечтаеш ли за тези две роли, когато се яви на конкурс в БНТ?

- Когато се явих на конкурса, от 165 кандидати бяхме избрани петима. Преди това буквално от улицата бях започнал във Военния ТВ канал. Не съм учил журналистика. Това, което правя и което се получава, е на базата основно на вътрешни усещания и инстинкти, но най-вече е въпрос на практика и влагане на сърце в работата.

- Случвало ли се е до 16 часа следобед да не срещнеш подходящ събеседник за таксито и да изпаднеш в паника?

- Да, разбира се. Тогава ти помага надеждата. С редакторката Албена Колчакова започнахме заедно проекта БНТ такси и от нея научих, че трябва да си спокоен и уверен, че Човекът ще дойде.

- От гумите ти разби-

рам, че не ти се разделя с БНТ такси.

- Не съм сигурен. Човек трябва да се развива. За тези три години в колата при мен са седели близо 2500 души, изминал съм около 45 хиляди километра - това е мощен опит. Винаги съм търсил в интервютата не това, което ни разделя, а това, което ни събира.

- Какви са българите днес според твоите наблюдения и различни ли са възвращенията на хората от това, за което говорят политиките?

- Мисля, че политиките задължително трябва да гледат БНТ такси. Ако социологическите проучвания са застинали гуми върху хартия, в думите на пътниците има много емоции, химия, истини, недоизказаност и втори план. Често се оказва, че онова, което политиките казват в новините, се разминава с онова, което мислят хората.

- Какви са хората според твоите наблюдения - политизирани или апатични?

- Младите остават настрана от важните теми, все още отказват да разберат, че това, което се случва днес, ще определя активния им живот след 10 години. Често младите пътници повтарят клишета, известни ни от много години - политиките гледат само техните интереси, политиките лъжат, няма смисъл да се занимаваш с политика, изборите не се печелят честно. И това е тъжно.

- Как оценяваш настроенията на хората - урижени ли са днес, или са щастливи?

- По-рано се оплакваха повече. Сега като че ли не знаят на кого да се оплачат. Забелязвам една умора на надеждата и на мечтите. Споделят, че проблемите, с които се срещат всеки ден, ги карат по-скоро да не гласуват. Имам усещането, че малцина виждат алтернатива на живота си и оставят политиките да правят каквото си искат.

- Ако водещ на централните новини в националната телевизия е върх в кариерата според масовото разбиране, за теб къде е върхът?

- Мечтите ми са свързани с това, което уча в момента - режисура. Пиша сценарии за късометражни филми, документалистиката ме влече. Бих искал да имам повече време да снимам, да обмислям, да си поиграя с монета и да разполагам с по-голям формат. Свързвам бъдещето си с журналистика, публицистика, доку-

менталистика, защо не и с изградно кино? Надявам се, че в момента развивам сетива за изградното кино, защото съм твърде млад за него, на 27 години съм.

- Модерен човек ли си според собствените си разбирания, имаш ли среда, или нямаш време да я създадеш?

- Аз съм госта затворен, трудно допускам хора до себе си с изключение на няколко приятели. Тъжно е, че когато ме попитат "какво се случва с теб", отговарям "само това, което можеш да видиш". Не се определям като модерен, нямам нито профил във Фейсбук, нито скайп адрес. Консервативен съм също в отношението си към българския език, който говоря, към спазването на правилата в него. Старая се да се изразявам правилно в ефир, защото поне някъде в тв пространството трябва да има островче на добро отношение към езика. Беше ми приятно, че тази година от Софийския университет ми дадоха награда за добър български език. За мен правилното му използване е изключително важно, това е една вселена.

- Ако се определяш като консервативен, обичаш ли съвременните забавления на младите хора?

- На дискотека никога не съм ходил, казвам определено "не" на чалгата. Но тя е навсякъде и няма нужда да ходя при нея, за да я изследвам от журналистическо любопитство. Не обичам шумните места, предпочитам бирариите, където можеш да седнеш и да говориш. Имам приятел, доктор по философия, с когото много обичаме да обсъждаме на бира различни теми.

- Обличаш ли се модерно?

- Не, но брат ми, който е по-малък от мен, е модна икона. Той учи право в Софийския университет. Увлеча се по съвременни стилове, понякога се облича госта абсурдно. Вкъщи го поднасяме, че ако ни срещне случайно на улицата, по-добре да не ни поздравява. Но в интерес на истината трябва да призная, че напоследък се справя все по-добре и еklektиката му започва да ражда стил. Аз самият се обличам удобно, предпочитам само естествени материали, но много трудно си избирам грехи. Купувам си нещо днес, оставам го в гардероба и започвам да го нося едва след 2 години.

- Какво ти казват или пишат почитателките?

- Получавам много мили писма на хартия. Те са моят веществен Фейсбук. Веднъж една жена ме помоли да ѝ купя книга, защото нямала възможност...

- Направи ли го?

- Не още, но това е задача, която си поставям и която си заслужава.

- Би ли отишъл на среща, предложена от непозната зрителка?

- Не.



Младите остават настрана от важните теми, все още отказват да разберат, че това, което се случва днес, ще определя активния им живот след 10 години



Кристина ПЕШИНА

България може спокойно и без грам неудобство да се нареди сред страните със сериозни ловни традиции. Историята на трофейното дело у нас е богата. Нейното начало е още в далечната 1937 г., когато Хитлер организира в Берлин първото световно ловно изложение. Тогава въпреки ограничения брой трофеи, с които участваме, се връщаме с 12 медала и с първа награда "Почетен плакет за най-голяма европейска мечка", която е отстреляна в Рила. През следващите години България участва във всички световни изложения, печели престижни награди, голям брой златни и сребърни медали. Страната ни е притежател на четирите рекорда за благороден елен, като последният все още е ненадминат. Известно време ни е принадлежал и световният рекорд за дива свиня. Изключително силни са трофеите на елен лопатар, дива котка и муфлон.

Ангелина Станчева, експерт музейна сбирка и библиотека на Съюза на ловците и риболовците в България, ни разказа за появата на организацията, допринесла за славата на родните трофеи. Тя е създадена още в края на 19-и век и е пряко свързана с появата

# По традиции и трофеи сме ненадминати

● Още в края на XIX век дивечът е обявен за държавна собственост



Голямата гордост на родния лов, трофеят от благороден елен, става световен рекордьор на изложението в Нитра, Словакия, през 1990 г.  
Снимка Росен ВЕРГИЛОВ

фонд за развъждане на полезния дивеч. Пак с дарения на българските ловци. Изграждат се ловни стопанства, в които да се развъжда дивеч и след това да се пуска на свобода в природата. "Основите на тези традиции са положени във времена, когато много малко се е говорило за екология", споделя Ангелина Станчева. Разселването на дивеч при изкуствени условия продължава и днес, като през 2003 г. за тази цел е приета и национална програма.

Организацията се гордее най-много именно с целите си да се грижи за биоразнообразието. Без да разчита на държавни дивиденди, а с труда на членовете си допринася за опазване на природата в България. Полага усилия да възпита младите в любов към природата. Съюзът издава списание, разполага с изключително богата библиотека, а вече от 30 години има и музей. Десетки хиляди ученици са го посетили през тези години и не само за да обогатят общата си култура, но и да се запознаят с българската природа, с грижите, които българските ловци полагат за опазването ѝ. Прожектират се и филми с екотематика. Открити уроци, срещи с хора на изкуството, които са се вдъхновили или са отразили в своите творби природата - писатели, поети, музиканти. Създават се рибарски училища към всяко дружество. Организиран се децата да ходят на риболов, като акциите са под надслов "Девето риболовец може и без дрога!". Всяка година се провеждат на национално и на регионално ниво състезания, раздават се награди. Обявяват се и конкурси за най-добра рисунка - "Моят риболовен излет".

Логичен резултат от усилията на организацията е подмладеният състав на риболовците и ловците в България. Както по целия свят, така и у нас дивечът е ограничен. Затова част от членския внос на всяко ловно сдружение отива за закупуване на фазанчета, кеклици, доотглеждат ги във волиери и в определен момент ги пускат на свобода в природата. "Ако все още в България има дивеч за разлика от много други държави, то е именно заради грижите, които са положили ловците през всичките тези години", каза на финала Ангелина Станчева.

специализирана изложба

**ЛОВ И РИБОЛОВ**

търговско договаряне на оръжия, боеприпаси и риболовни принадлежности

28.04-01.05.

ИНТЕР ЕКСПО ЦЕНТЪР • IEC  
www.iec.bg

на законите за лова и дивеча. Автор на първия е Петко Горбанов. Дивечът е обявен за държавна собственост. Определена е и цената на билета. Няколко години по-късно се приема и вторият, който поставя под защита всички застрашени животни и птици. "Това е първият обширен природозащитен закон в страната, с който стартира и организацията ни. Той дава импулс на ловците в отделните райони на страната да се обединяват в дружества. По-късно възниква идеята за създаването на организация", продължава Ангелина Станчева. Риболовците също в началото създават дружества, които после се обединяват в Български рибарски съюз. През 1948 г. двете организации се обединяват в Народно ловно-рибарски съюз.

Той съществува и се развива повече от век като демократична организация с ярко изразен природозащитен характер. Обединява на доброволен принцип 146 ловни, ловно-рибарски и рибарски сдружения, в които членуват над 135 000 ловци и риболовци. Развива и широко международно сътрудничество със сродни организации. Съучредител и пълен член е на Международния съвет по лова и опазване на дивеча (CIC) от 1931 г., член е на Федерацията на ловните асоциации на страните - членки в Европейския съюз (FACE), от 2000 г., на Международната конфедерация по риболов

”

Ако все още в България има дивеч, то е именно заради грижите, които са положили ловците през всичките тези години

ловни спортове (CIPS) и на Международната федерация по риболовни спортове (FIPC).

Основната цел, която организацията си поставя още от самото създаване и продължава да следва, е да бди за спазването на закона по отношение на природите за лов и риболов. И още - разпространява полезни познания за животните, грижи се за опазването на животни, които са застрашени от изстребване, както и за развъждането на дивеч, който го няма в страната. Освен това организацията е инициатор на преследване и изстребване на животните, които носят вреда, и покровителства полезните, обучава в изкуството на стрелбата. По този начин развива ловнострелковия спорт в страната.

През 1911 г. ловците със собствени средства назначават първата ловна стража в България, която да се бори с браконьерството. Същата година на петия конгрес се създава и



# Любими книжки в „Малкото голямо четене“

Стоте книги, получили най-много зрителски гласове в предаването "Малкото голямо четене" на БНТ, са вече известни. Те бяха представени по атрактивен начин - с анимационни клипчета, изработени от рисунките за конкурса на "Малкото голямо четене".

Галина СПАСОВА

Следващите две предавания - на 17 и 24 април, ще бъдат истинско състезание. Гостите в студиото ще подкрепят своите фаворити от Топ 100, като участват в различни забавни изри.

До 24 април включително зрителите ще могат да гласуват само за заглавията от Топ 100. На 1 май ще бъдат представени десетте любими детски книги на България. С гласуването си всеки дава шанс на предпочитаната от него детска книжка да победи!

Как и защо книгите стават забавна част от детския свят? Отговорите на няколко от най-запазените почитатели на "Малкото голямо четене" в анкетата дават и повод за размисъл на възрастните около тях.



Снимка Рага ПЕТКОВА, БНТ

1. Какви книги обичаш да четеш?
2. Коя е любимата ти детска книга?
3. Кой е любимият ти приказан герой?
4. С кой герой от приказките би се оприличил?  
С кой герой от приказките би оприличил твоите родители?
5. Четат ли възрастните детски книги / защо възрастните четат детски книги?
6. Коя детска книга трябва да спечели и защо?

**Кристиян, на 9 години, учи в 41-во ОУ "Св. П. Евтимий" в София, обича да играе на плейстейшън.**

1. Трилъри и фентъзи, защото са много страшни.
2. "Чарли и шоколадовата фабрика", защото в началото е малко тъжна, но после става забавна.
3. Чарли Бъкет, защото е беден, но щастлив. Богатите хора ги убиват, а бедните - не.
4. Том Соуер, защото и аз правя бели и съм непослушен в училище.
5. Да, защото когато са били малки, са харесвали такива книги. Майка ми сега чете една книга, която ѝ е била любима като дете.

ресвали такива книги. Майка ми сега чете една книга, която ѝ е била любима като дете.

6. „Хари Потър“, защото е велика книга, изпълнена с магия.

**Павел, на 9 години, учи в Италианския лицей в София. Освен книгите обича и баскетбола.**

1. Харесвам фантастика и приключенски романи.
2. "Хари Потър", "Не поглеждай под мивката" - тя разказва за две деца, които се преместват в нова къща, в която живее голяма збѣа. Тя се храни с тях и ги преследва. Той е пич и аз съм пич.
3. Сириус Блек (кръстникът на Хари Потър), защото има готина коса и прави готини магии.
4. Баща ми прилича на Дъмбълдор, а майка ми на Макгонагъл. Тя има твърд характер и все се кара. Себе си намирам в образа на Том Соуер, защото много обича да прави пакости в училище, точно като мен. Веднџ нарисовах мустаци на една снимка на по-големия ми брат.

5. Не. На родителите ми не им е интересно, когато им покажа нещо детско, и ми казват: "Това е за теб". Те се интересуват повече какво правят политиките.

6. "Хари Потър", защото много деца я харесват и тя е наистина много интересна.

**Гергана, първи клас в 41-во ОУ. Обича да чете и да рисува.**

1. Книжки с приказки.
2. "Мечо Пух", защото е интересна. Любимият ми герой е мечето, защото е забавно и добро.
3. Пепеляшка - красива е, умна е и има добро сърце.
4. Аз приличам на русалката Ариел. Мога да плувам и ми харесва идеята да мога да живея под водата.
5. Майка ми прилича на Пепеляшка, а татко - на принца от "Красавицата и Звѣра". Не съм виждала мама и татко да четат детски книжки, но ако все пак има такива родители, които го правят, то със сигурност са книги за животни.
6. "Цар Лѣв", защото има лѣвчета, а аз много ги обичам. Книгата е много интересна, дори има и филм по нея.

**Паола, на 9 години, учи в "Дорис Тенегу" в София. Обича плуването. Има и брат, и сестра.**

1. Харесвам книги на Роалд Дал.
2. "Ванда тѣ звезда", защото има много приключения.
3. Ванда. Тя е момиче с кафѣва коса и очи, на много опашки и се облича готинно - в розово и оранжево каре. Обича да прави бели и в живота ѝ има много забавни случки със съседите и приятелите. Точно като мен. Сега на Хелоуин съседите ми не искаха да ме почерпят с бонбони и затова аз не ги обичам.
4. Ванда - тя много ми харесва по характер. На мен ми се случват почти същите неща, които и на нея.
5. Да, четат, защото им е забавно да се върнат в детството. Баща ми много обича да чете и ходим заедно да си купуваме книги.
6. "Пипи Дългото чорапче", защото е много забавна и популярна книга.

## Може би тенисът е спортът за вашето дете

И тази година Българската федерация по тенис (БФТ) работи по програмата "Детски тенис", насочена към малките до 10 години. Целта е не само да се увеличи броят на младите тенис надежди на България, но и на спортуващите сред децата.

През 2009 г. БФТ защити проект по програмата Play&Stay на международната тенис федерация ITF, чиято цел е въвеждането на тениса за деца до 10 г. на три вида кортове с три вида олекотени топки.

БФТ иска да покаже, че тенисът може да бъде достъпен и забавен, ако начинаещите използват по-бавни топки на по-малки изрици и започнат разгриване и състезание още от първия урок. Това е много въннуващо за всеки начинаещ тенисист. Участието в занимания, организирани по този начин, е от решаващо значение за повишаване

на желанието и затвърждаване на постоянството на начинаещите играчи.

На практика се използват три вида топки за игра на три вида корт: **червени топки** - за деца на 5-8 г., със 75% по-ниско налягане от стандартната топка, може да са от дунарен; **оранжеви топки** - за деца на 8-10 г., с 50% по-ниско налягане; **зелени топки** - за деца на 9-10 г., с 25% по-ниско налягане.

За трите вида топки, както и за различните възрасти, се използват съобразени по размер ракетки и височина на мрежата.

Всеки родител, който иска детето му да се занимава с този спорт, може да се обърне към най-близкия тенис клуб или се запише безплатно за лагер-семинар, като се обади на телефоните на БФТ. Има ги на [www.bgtennis.bg](http://www.bgtennis.bg).

Защо тенисът е полезен за развитието на всяко дете?

Потърсихме мнението на **директора на програма "Развитие" към БФТ Илия Атанасов**: "Най-напред бих изтъкнал факта, че това е спорт за цял живот! Може да се практикува от ранна детска до преклонна възраст. Чрез най-популярната индивидуална игра в света децата получават изключителната възможност да се забавляват, да участват в индивидуални състезания, игри по двойки и отборни състезания. Освен физическото развитие тенисът създава у младия човек постоянство, учи на дисциплина, на самостоятелност, отговорност и здрав характер. Това са качества, необходими за всеки успех в живота. Изключително важна причина много родители да насочват децата си в този спорт е средата, в която той се практикува, както и възможността за създаване на голям брой социал-

ни и бизнес контакти впоследствие. Не на последно място е личната популярност, възможността добрият тенисист да изгради сериозна професионална кариера".

През 2010 г. през програмата минаха над 80 клуба, 18 училища, 15 детски градини и над 3000 деца. Проведени бяха над 130 регионални състезания за деца от 6 до 10 г. с над 800 състезатели. Организиран бяха 10 лагер-семинара в различните региони за обучение и квалификация на треньорите по тази програма. Сега амбицията на БФТ е да задмине първоначалния успех на "Детски тенис" или поне да го повтори. "Не беше особено трудно", каза Стефан Попдончев, победител при 10-годишните на един от лагерите - "Девин кидс тенис", след като получи купата. "Идеята страшно много ми харесва, перфектна организация. Такива инициативи помагат много на децата и на родителите да се запознаят с те-



ниса. Денят мина перфектно", сподели Поля Кирилова, майка на Инна, която завърши втора при момичетата.

"Мога само да приветствам идеята. Това е начинът за популяризирането на тениса, който помага за изграждането на

здрав характер и личности. Това е правилна стъпка в тази посока и благодаря на БФТ за тази инициатива. Надявам се по-често да има подобни лагери", каза Денислав Метев, член на УС на ТК "Севилиево".

Лили ЧОЛАКОВА



# Тръгва седмото издание на тенис турнира

● Участието на всички първи ракети го прави неофициално републиканско първенство

Румен АЛЕКСАНДРОВ

За седма поредна година с тенис турнира за професионалисти Sargenor Cup у нас ще бъде открит състезателният сезон за игри на открито. Турнирът ще се състои от 11 до 17 април. И както повелява традицията, състезанията отново ще се проведат на Червените кортове на ТК "Левски" в Борисовата градина.

Спортните журналисти и тенис деятелите са единодушни, че тазгодишното издание на Sargenor Cup се очертава да бъде най-силното в историята на турнира. Основание за това е фактът, че целият ни мъжки национален отбор и всички ракети от нашия тенис елит вече са се записали за участие. Изключение прави младата ни звезда Григор Димитров, чиито състезателни ангажменти го възпрепятстваха да се включи в игрите на открито и да премине



Любомир Бабински (главен съдия), Явор Цаков, г-р Петър Велев и Димитър Войнов обявиха началото на тенис турнира

ри отново сили с първите тенисисти на страната ни. А те са все известните имена, като първите петима фигурират в ранглистата на АТР - световната Асоциация на тенис профе-

сионалистите. Това са асовете ни Тихомир Грозанов, Тодор Енев и Иво Трайков, както и техните подласници.

С участието на всички тенис лидери в Sargenor

Cup качеството на турнира се издига до равнището на неофициално републиканско първенство.

Но организаторите начело с Димитър Войнов - главен секретар на ТК

"Левски", и Явор Цаков, председател на клуба, се радват и на небивал наплив от участници - техният брой вече е 60 състезатели, като досегашният рекорд от миналата годи-

Тазгодишното издание на Sargenor Cup се очертава да бъде най-силното в историята на турнира

на бе 48 души.

Турнирът Sargenor Cup в началото бе замислен като пролетно състезание за младите надежди в българския тенис, но високото му равнище моментално го

превърна в притегателна и много навременна проверка за нашите тенис профита. За тях състезанието стана важен етап от последната фаза на базовата им подготовка. И още на следващата година Sargenor Cup се "раздвои" - за професионалисти и за аматьори. Но благодарение най-вече на финансовата подкрепа на "Екофарм" и инициативността на нейния управител г-р Петър Велев се появи и трети Sargenor Cup, този път само за лекари, тенис любители от цялата страна, който тази година ще се проведе за пети път.

СЕЗОН 1 ПОД ПРИКРИТИЕ ОТ 17 АПРИЛ ПО БНТ

WWW.PODPRIKRITIE.BG







# Colorado не е бръмбар

● Дръзката стилистика на модела е поглед към следващото поколение пикапи от среден клас на Chevrolet

Chevrolet показва концептуалната версия на пикапа Colorado, който дебютира на автомобилния салон в Банкок. Студията дава бегла представа как ще изглежда следващото поколение пикап на компанията от среден клас. Chevrolet Colorado ще се появи в световните продажбени центрове в сериен вариант през 2012 година.

Концептуалният модел е оборудван с каросерия с удължена кабина, монтирана върху висока рама, и задвижване на четирите 20-цолови колела с гуми за пресечен терен. 2.8-литровият турбодизелов двигател разполага

с широк диапазон на въртящия момент и осигурява отлични товарни и прикачни възможности. Екстериорният цвят Pepperdust Metallic е подчертан с полирани алуминиеви детайли, както и с интегрирани странични стъпала и прожекторни предни светлини с черна маска и вградени LED елементи. В задната част светлините с LED елементи са разположени и подредени по впечатляващ начин и създават усещане за празник. Външните огледала също са с вградени LED мигачи. Вътрешното осветление



в легено син цвят и висококачествените двуплицеви кожени тапицери на седалките добагат чувство за комфорт, качество и изисканост. Двамата уреда на инструментална панел са оформени в мотоциклетен стил и създават спортен дух в кабината. Към новостите до-



бавяме двузонавата климатична система с цифрово управление и последно поколение инфоразвлекателна технология. Сту-

дийният модел има ергономично разположен върху арматурното табло 7-инчов LCD дисплей, който дава възможност за лесно

наблюдение и интуитивен контрол на достъпа до интернет, навигацията, аудиоуредбата и телефонните функции.

## Зелената революция Hyundai Blue2



та част на купето са разположени уникални LED панели, които показват състоянието на автомобила. Blue2 разполага и със система за посрещане, която разпознава шофьора и автоматично му отваря вратата. Традиционните странични огле-

От Hyundai демонстрираха нова философия под мотото "Еволюция и зелена революция на колела".

В Сеул световен дебют направи изключителното екологично творение на компанията - концептуалният модел Blue2. Студията е първият електрокар с горивни клетки (FCEV) на водород в конфигурация седан. Задвижването е поверено на електросистема с горивни клетки, която осигурява мощност от 90 kW (122 к.с.). Стилът на автомобила е едновременно спортен и луксозен - съвършена комбинация от футуристичен дизайн и екологични технологии. Blue2 е снабден с гуми с ниско съпротивление при търкаляне и алуминиеви джанти, които подобряват аеродинамичните му показатели. В предната и задна-

гала са заменени от камери от двете страни и на покрива, които създават уникална среда за безопасно управление на автомобила. Дизайнът се характеризира с асиметрични конфигурации на арматурното табло и вратите, създадени с цел оптимизиране на комфорта. По-широките седалки позволяват лесно влизане и излизане от купето. Тоzi Hyundai обединява контролните уреди пред водача, като използва високотехнологичен прозрачен органичен светодиоден монитор (TOLED) и свръхлеко закалено стъкло. Това дизайнерско решение улеснява възприемането на графичната информация. Информационно-развлекателната система се управлява чрез сензор.

### БГ ПРЕМИЕРА

## BMW Серия 6 Кабриолет се готви за море

BMW Group официално представи новото BMW Серия 6 Кабриолет на суперизискана церемония в столичния "Сердика Център" пред повече от 400 души. Най-новият модел от Мюнхен продължава дългогодишните традиции на марката при създаването на големи кабриолети с атрактивен дизайн и спираща дъха динамика и дефилира непосредствено преди летния отпускски сезон. Баварският производител винаги съчетава иновативните технологии с високоефективни двигатели и голяма сигурност. Сред ексклузивните кабриолети моделът впечатлява с високотехнологично окачване и допълнително обо-

рудване за комфорт, новата система за информация и забавления, както и саунд изненади. Автоматичното отваряне и затваряне на мекия покрив се активира с бутон, разположен на средната конзола. Процесът на отваряне е 19, а на затваря-

не - 24 секунди и може да става по време на движение до 40 км/ч. На първо време BMW Серия 6 Кабриолет ще предлага избор между два двигателя: 4.4-литров, 8-цилиндров, 407 к.с, както и 3-литров, редови 6-цилиндров с технологията BMW TwinPower Turbo и директно впръскване на бензина, с мощност 320 к.с.



### СПЕЦИАЛИСТЪТ СЪВЕТВА

## Гръмотевиците вече не са опасни

През пролетта, когато дъждовете и гръмотевичните бури зачестят, мнозина шофьори се питат дали е опасно, ако светкавица попадне върху покрива на колата им. Шансът да ви улучи гръм е едно към милион, но трябва да се знае, че съвременните автомобили са направени от материали, които не са проводници на електричеството в купето. Обикновено модерните конструкции на покривите на днешните коли са от стомана и алуминий и са направени така, че бързо да поемат напрежението и автоматично да отведат електриче-

ството по външната част на каросерията към гумите, а оттам в земята. Има известен риск, ако карате кабриолет, защото дъждът и водата правят така, че металните части стават още по-добри проводници на електричеството и може да се стигне до инциденти. Не е препоръчително да спирате под дървета по време на дъждовна и гръмотевична буря и да се навъртате около колата си.

Страницата подготви  
Стамен ЗАХАРИЕВ