

ЮГОЗАПАД

Театрални постановки • Изложби • Културен календар

Брой 6 (99)

М. ЮНИ

15.06.-14.07.2016

Електронно издание на
Културно-информационен
гайд "Югозапад"



Фейсбук страница
за всички от
гр. Дупница

<http://www.facebook.com/dupnitsa>

stad

ВСИЧКО ЗА
МОДЕРНОТО
СТРОИТЕЛСТВО

www.stad.bg

СПРАВОЧНИК

Здравеопазване 8

Обзавеждане 5

Магазини 5/6/8

Строителство,

ремонти 4/5/6/10

Транспорт 10

Туризм 26

Услуги 5/26

КУЛТУРЕН КАЛЕНДАР

Перник 14

Благоевград 14

Кюстендил 14

Дупница 14

Театри 18

Галерии 17

Кино 27

Културни събития -

София и страната 27, 28

Изложба графика "15 стаи" и "10 упражнения
по вечност" откри в Кюстендил Валери Василев
на стр. 11

Изложбата "НЕ/ФОРМАЛНО" на НБУ *стр. 13*

Линк към:

**Справочник за Дупница
и област Кюстендил**

СЪБИТИЕН КАЛЕНДАР



... сверете си часовника!
**праховото
бойдисване**

АПТЕКА
"Мария Попова"

*Ние предлагаме не само
лекарства, а и фармацевтични
сришки!*

2600 Дупница, пл. "Свобода" 1,
тел./факс: 0701/5 10 65,
e-mail: apt_popova@mail.bg



VP
SECURITY

НАЦИОНАЛНАТА СОД
УСЛУГА
0700 14 000
www.vpsecurity.bg



Пазарувай онлайн

Стил.
Стил. Какво повече!

www.chanti-obuvki.com

БИЗНЕС СПРАВОЧНИК

на Дупница и
област Кюстендил

МЕГА ТУЧЕ

0701/ 5 22 33
0701/ 5 15 11
0701/ 5 30 30
0878 95 30 30
0895 95 30 30

0701/ 5 30 30
0701/ 5 30 33
0878 95 30 30
0895 95 30 30

stad

СПЕЦИАЛИЗИРАН МАГАЗИН ЗА МАЗИЛКИ И АНТИБАКТЕРИАЛЕН ЛАТЕКС

- Огнезащитна боя със сертификат (за метал и дърво)
- Боя за ПЪТНА МАРКИРОВКА (с перли)
- ТЕРМОдекоративна БОЯ
- Лак за камък (мокър ефект) и дърво

ПЕРНИК, ул. П. Каравелов №1, 0896.288.788
www.mazilki-pk.com // mazilki.pk@abv.bg

0701/ 5 15 11 078/ 55 30 30

CSW
КАБЕЛ САТ ЗАПАД

ЦИФРОВА ТЕЛЕВИЗИЯ
КАБЕЛНА ТЕЛЕВИЗИЯ
ИНТЕРНЕТ

Вашата връзка със света!

www.cable-sw.net

ИЗДАТЕЛ **Art Media+**

гр. Дупница, ул. "Цар Освободител" 25,
тел.: 0701/393 38, 0878 959 960
e-mail: ugozapad_guide@abv.bg
Фотограф: Елена КАЦАРСКА

Електронно издание на
културно-информационен гайд "Югозапад"

Информацията за културния календар се предоставя от общините и културните институции в региона и от интернет.

Изпраща се на електронните пощи на фирми, общински и държавни институции, туристически агенции, заведения и хотели и др., в Югозападна България и страната.

За реклами и публикации: **0878 959 960**
artmedia_2014@abv.bg

16 психологически факта, които ще ви помогнат по-добре да разбирате другите.....6	
Най-ценният бизнес съвет на Уорън Бъфет: Не е достатъчно просто да удовлетворявате клиентите си, трябва да ги радвате.....6	
Авторът на световния бестселър „Разговори с Бога“ Нийл Доналд Уолш: Изобилието и успехът са свързани с прегръщането на нашето истинско „аз“7	
4 негативни ефекта от недоспиването. Тялото отделя повече хормони на стреса.....8	
Полезни съвети, които могат да... навредят.....9	
Разнообразното хранене е ключ към здравето, не диетите!.....9	
Изложба графика „15 стаи“ и „10 упражнения по вечност“ откри в Кюстендил Валери Василев.....11	
Сценографка от Пловдив със самостоятелна изложба живопис в Дупница12	
Изложбата „НЕ/ФОРМАЛНО“ на НБУ представя в Перник най-новите творчески постижения на 12 художници13	
Проф. Емил Попов представи с пет свои ученици графики и скулптури в галерията на Васил Кръпчански в Сапарева баня.....19	
Пламен Бонев, Евгени Кузманов и Николай Китанов с наградите на традиционната изложба по повод 24 май в Благоевград.....20	
Атрактивна изложба разкрива непознати факти за птици в галерия „Джамията“ в Дупница.....21	
700 зрители аплодираха на крака актьорите от „Големанов“ в Дупница.....22	
ДТ „Рачо Стоянов“ представя „ЧЕШИТИ“ в Дупница.....22	
4 учителки получиха награди по случай Деня на славянобългарската писменост и култура на 24 май в Дупница.....23	
Експозиция в Околийската къща в Дупница показва ценни документи на краеведа Никола Лазарков.....24	
Община Дупница бе избрана за „Екообщина №1 в България“.....25	
Нестандартни художници от 6 училища рисуваха под мотото „Аз обичам България“ на „Графити фест“ в Благоевград.....26	
Откриват в Шишковци студентския пленер „В Духа на Майстора“.....26	
Художничките от арт ателие „Дон Кези“ с нови отличия от пленера по рисуване „Приключения в огледалния свят“ в Сливен и НК „Казанлъшка роза“ 2016 г.....27	

На корицата: Танцьори от индийски състав в 15-ото издание на Югозападния международен фолклорен фестивал „Мир на Балканите“, провел се в края на м. май в Дупница и региона. Общи фолклорни групи от 7 държави дефилираха по улиците на Дупница - от България, Македония, Сърбия, Грузия, Полша, Украйна и Индия. Фестивалът премина при огромен интерес.

Д-р Любомир Малчев специалист акушеро-гинеколог

МДЦ "Рубидент-Медика"
ул" Трети март "42
Благоевград
тел.: 073/880755
e-mail: dr.malchev@gmail.com





Производствена база
МЕТАЛСНАБ - гр. Дупница
Телефон: 0701/51 355
Факс: 0701/51 322
Моб.: 0888 397 542

www.stad.bg

София 1 – Околовръстен път Люлин
Моб.: 0888 209 752
София 2 – гара Север
Ул. „Първа Българска армия“ 9А
Моб.: 0884 584 434

E-mail: *mdionisiev@stad.bg*



АРМАТУРНИ РЕШЕНИЯ



АРМАТУРНИ МРЕЖИ

АРМАТУРНИ МРЕЖИ

Фирмата разполага с високопроизводителна машина за изработване на арматурни мрежи.

Предназначение – за подложен бетон, плочи и др.

Дебелина от ф 4.0 мм до ф 12.00 мм.

Размери на карето от 100x100 до 300x300 мм.

Габаритни размери 2200 мм до 6000 мм.

АРМАТУРНИ ЗАГОТОВКИ

Производството е оборудвано с високопроизводителни роботизирани машини за изработване на арматурни заготовки с капацитет до 100 тона на ден. Разполагаме с машина за изработване на кръгли колони (пилоти) с диаметър от ф 350 мм до ф 1500 мм и дължина до 12 м.

Изработваме армопакети по заявка.

Фирмата ни е сертифицирана като производител на арматурни заготовки. Гарантирано качество, срок и коректност.

Услуги, магазини

Магазини Стил
Пазарувай **ОНЛАЙН**
www.chanti-obuvki.com

Счетоводна кантора
ЕТ "Василка Борисова-Йоана сто"
0899 426 450

Счетоводна и софтуерна къща
АССО
0888 218657
www.acco.co.nf

Сибитер Куриери
Курьерски услуги за страната и целия свят
0700 11 121, 088 77 26 891

ВиК-услуги Благоевград,
тел.: 0885/012 759, 0879/604 114

Специализирано КЛЮЧАРСКО АТЕЛИЕ
Дупница, ул. "Иван Вазов" 20, 0886 185
522, 0896 718 925

Цифрово фото- и видеоаснемане.
Презаписва заснет видеоматериал
(сватби, кръщенки и др.)
0888 310 176, 0888 865 177 и 0895 197 492

ЛОБИЛАНЕС
Разкодиране, продажба, замяна
и изкупуване на GSM апарати и компютри
Дупница, "Николаевска" 14
(срещу съда), GSM: 0896 660 640,
0893 332 231.

DUPNITSA.NET
ВАШИЯТ ИНТЕРНЕТ ПОРТАЛ
www.dupnitsa.net

ПРЕДЛАГАМЕ ВИ:
Изработка и поддръжка
на
Интернет сайтове
цени от: 400 лв
Електронни магазини
цени от: 900 лв
DESIGN
намерете ни тук:
<http://design.dupnitsa.net/>

ЕВРОКЛИМА

Доставка и монтаж на климатич-
на техника
гр. Дупница, жк "Бистрица", бл.
46, вх. "Б", ет. 1, тел.: 0887/ 312 267,
офис: 0701/ 4 02 73,
<http://www.euroklima-bg.com/>

Магазин ТЕО

В подлеза на ГУМ - Дупница
Перилни и почистващи препарати,
косметика. На най-добри цени!

ЯВОР ИВАНОВ - експерт ключар
Авто, секретни и ключове с чип. Ремонт и
монтаж на авто, домашни и секретни брави.
Метални врати. Професионални консултации
Перник, ул. „Петко Каравелов“ 6 (блока на коопе-
рация "Колош"), 0898/32 90 35, 0878/32 90 35

СОЛАР КОНСОЛ ЕООД
СПЪНЧЕВИ СИСТЕМИ.

Доставка Монтаж Сервиз. Газови котли
TESY. Висококачествени бойлери с 1 и 2 сер-
пентини; буферни съдове и спънчеви панели.
Климатичи. Алюминиеви радиатори
Дупница, ул. „Орлинска“ 42, тел. 0878 94
53 59, 0894 34 79 68 www.solarkonsol.eu

„Добел“
Алкохолни напитки. Консумативи за
кафе-автомати. Кафе. Цигари.

Складове: „Търговия на едро“, гр. Дупница,
ул. Никола Малашевски“ № 5, тел.: 0701/5 07
40, тел./факс: 0701/5 07 46, 088 84 53 619

Поръчка на пица: 0898 82 23 23

Торти, пасти: пл. "Свобода" (зад
хотела), тел.: 0897 83 10 87

3S COT
Системи за сигурност, техническа
охрана на обекти, физическа охрана
3SCOT - офис Дупница
ул. "Христо Ботев" 5, 0701 5 04 51

МЕРКУРИЙ 2006 ЕООД
ПОЛИЕТИЛЕНОВИ ИЗДЕЛИЯ

*** торбички и чували;**
*** прибори за еднократна**
употреба.



Транспорт
до всеки магазин!
гр. Дупница, ул. "Св. Иван
Рилски" N:60, тел.:
0701/4 90 22, 0878/78 54 83.

Обзавеждане

Дайте нов живот на вашите мебели!

Мебели „НАНСИ“

Производство, ремонт и претопича-
ране на мека мебел. Обзавеждане на
хотели, ресторанти и офиси.

Производство на нестандартна
мебел

Отстъпка!

Дупница, ул. „Хр. Ботев“ 1, тел.: 0899 744 774
vasilka_nansi@abv.bg

ПИРАНЕЛ МЕБЕЛ

Проектиране, производство, доставка и мон-
таж на нестандартни и стандартни мебели.

Перник, кв. Изток, сп. "Метал", тел.: 0887
933 044, 0896 704 011, тел./факс: 076 67
3584, www.mebeli-piranel.com

Строителство, ремонти**ГЕОРГИЕВ 13**

Фаянс, теракота, гранитогрес, лами-
ниран паркет, обзавеждане за баня, са-
нитарна керамика, ВиК-материали.

Дупница, магазин - склад - ул. "Христо Ботев"
36, тел.: 0701/50196.

СТАД
ВСИЧКО ЗА МОДЕРНОТО
СТРОИТЕЛСТВО

Дупница, ул. "Отовица" 1, тел.: 0701/ 5 13 22.

СПАРК
АЛУМИНИЕВА И РУС ДОГРАМА
Дупница, ж.к. "Развесена
върба" 3, тел.: 0988 828 441,
0988 828 443
sparkeood@yahoo.com

РЕКЛАМИ ВЪРХУ**ТОРБИЧКИ**

0878 785 483

Европейски спешен телефон
116 000

Национален
горещ телефон
за деца в риск
116 111

16 психологически факта, които ще ви помогнат по-добре да разбирате другите

Дори на пръв поглед странното поведение на някои хора си има обяснение. Запознайте се с тези любопитни психологически факти, които ще ви помогнат по-добре да опознаете хората около себе си.

1. Приятелства, зародили се в периода между 16- и 28-годишна възраст, имат потенциала да са по-здрави и по-продължителни.

2. Жените предпочитат мъже с дълбоки и дрезгави гласове, тъй като те изглеждат по-уверени и по-малко агресивни.

3. Хората, които дават най-добри съвети, обикновено са онези, които имат най-много проблеми.

4. Колкото по-умен е един човек, толкова по-бързо тече мисълта му и толкова по-лош е почеркът му.

5. Нашите емоции не влияят на начина, по който общуваме. Всъщност - точно обратното е. Начинът, по който общуваме, влияе на настроението ни.



6. Хората, които имат силно чувство за вина, могат много по-добре да разберат мислите и чувствата на другите.

7. Жените имат два пъти повече рецептори за болка в телата си спрямо мъжете. Те обаче имат много по-висока толерантност към болката.

8. Ако не можете да спрете потока от мисли през нощта, станете и ги запишете. Това ще успокои съзнанието ви и ще ви помогне да заспите по-лесно.

9. Есесемите за добро утро и лека нощ активират онази част от мозъка, отговорна за щастието.

10. Ако вършите неща, от които ви е страх, ще бъдете по-щастливи.

11. Интелигентните хора имат по-малко приятели от останалите. Колкото по-умен е един човек, толкова по-внимателен е в подбора си.

12. Сключването на брак с най-добрия ви приятел елиминира риска от развод с над 70 процента. Шансът да останете заедно до края на живота си е много по-голям.

13. Жените, които имат предимно мъже за приятели, са по-често в добро настроение.

14. Хората, които говорят два езика, могат несъзнателно да променят характера си, когато превключват от един език на друг.

15. Дългото време, прекарано в самота, е лошо за здравето. То се равнява на изпушването на 15 цигари на ден.

16. Пътуването заздравява мозъка и намалява риска от инсулт и депресия.

expert.bg



Кое е най-важното нещо, което трябва да знае всеки стартиращ предприемач? Един от най-богатите хора в света - Уорън Бъфет, сподели ценен бизнес съвет

пред предприемачи, които се дипломираха по програмата 10 000 Small Businesses на инвестиционната банка Goldman Sachs, пише Business Insider.

Най-ценният бизнес съвет на Уорън Бъфет: Не е достатъчно просто да удовлетворявате клиентите си, трябва да ги радвате

Ето какво ги посъветва той: "Утре сутринта, когато се погледнете в огледалото след като станете, просто напишете - с червило или каквото ви попадне: "Радвам моите клиенти", не просто: "Удовлетворявам моите клиенти.."

Като пример Бъфет даде основателя на Amazon Джеф Безос. По неговите думи той е класически пример за предприемач, който винаги се е стремил да

оставя своите клиенти възхитени.

"Всеки бизнес, който има щастливи клиенти, разполага с външни продавачи, на които не трябва да плаща, които не вижда, но те не спират да говорят на хората през цялото време", каза Бъфет. "Когато си купих последната си кола - преди няколко години, не си спомням колко платих, но помня преживяването, което имам."

ecopoty.bg

Работа от вкъщи: 3 здравословни истини, които няма да ви спестим

Ето как може да изглежда интериорът на Hyperloop

ПОЛЕЗНИ САЙТОВЕ

<http://www.investor.bg/>

<http://expert.bg/>

<http://finance.dir.bg/>

<http://www.pariteni.bg/>

<http://www.econ.bg/>

<http://www.capital.bg/>

ПОЛЕЗНИ САЙТОВЕ

ОФИСЪТ Е СРЕД ОСНОВНИТЕ ФАКТОРИ ЗА ЗАДЪРЖАНЕ НА ТАЛАНТИ У НАС

Българска търговско-промишлена палата

<http://newtrend.bg/>

<http://profit.bg/>

Агенция по заетостта Панаури и изложения

ПОЛЕЗНИ СЪВЕТИ

КАЛЕНДАР НА ПАНАИРИТЕ И ИЗЛОЖБИТЕ В БЪЛГАРИЯ

Авторът на световния бестселър „Разговори с Бога“ Нийл Доналд Уолш:

Изобилието и успехът са свързани с прегръщането на нашето истинско „аз“

Нийл Доналд Уолш е роден в Милуоки, щата Уисконсин. Работи в много и различни области: като репортер, журналист, радиоводещ, редактор, пиар, актьор, собственик и мениджър на рекламна агенция... Тази непрестанна смяна на местоработата и местоживеенето отразява дълбоката му неудовлетвореност от живота, който води. На 49-годишна възраст светът му драстично се променя – сполетяват го редица нещастия в личен и професионален план. Домът му и всичките му вещи изгарят в пожар, банкрутира, бракът му се разпада, а той сериозно пострадва в автомобилна катастрофа. Когато се възстановява, Уолш се оказва безработен и сам и известно време живее и се препитава като клошар.

Именно това време поставя началото на неговото духовно пробуждане и ражда „Разговори с Бога“ – книгата, която променя не само неговия живот, но и живота на милиони хора по целия свят. Обръщайки се назад, Уолш споделя: „Благославям времето, когато се влячех из парка със спалния чувал. Това не беше краят на живота ми, а неговото начало. Там, в парка, научих истинското значение на думи като честност, лоялност, искреност и доверие.“

Книгите от поредицата „Разговори с Бога“ са преведени на 37 езика и все още се радват на нестихващ читателски интерес. Те създават прецедент, запазвайки своята позиция в бестселърската класация на Ню Йорк Таймс в продължение на години.

Духовните търсения на Уолш го водят от стъпалата на Мачу Пикчу в Перу до шинтоистките светилища в Япония, от Червения площад в Москва и площада „Свети Петър“ във Ватикана до площад „Тя-

нанмън“ в Пекин. Където и да отиде, навсякъде Уолш открива огромната нужда на хората да живеят един по-пълноценен, мирен и хармоничен живот. Това го кара да създаде Световно движение за нова духовност (Humanity's Team), което да работи за духовното пробуждане на хората, за мира на планетата и добруването на хората.

Между 25 и 29 май т.г. Нийл Доналд Уолш посети и нашата страна и изнесе първия си семинар в България – „Изобилието и успехът – от мечта до реалност“. Дни преди събитието Нийл разказа пред esopomtu.bg за успеха, изобилието, за ролята на Бог в съдбата и в живота ни...

Как се постига изобилие и успех?

– Г-н Уолш, темата на първия Ви семинар в България е „Изобилието и успеха – от мечта до реалност“. Какво са за Вас изобилие и успех?

– Изобилието и успехът не са свързани с притежанието на пари или власт. Те са резултат от осъзнаването на нашето истинско „аз“, от опознаването му и от изразяването му във всеки един момент от живота. Вие може да правите това, ако имате много пари или малко пари. Може да го правите както ако сте много влиятелни, така и ако не сте.

Така че изобилието и успехът са свързани с прегръщането на нашето истинско „аз“. Това е отговорът, който всеки един духовен водач винаги е давал – Исус, Буда, Мойсей, Мохамед... Всичките велики духовни учители. Те не са богати хора, не се стремят да имат нова кола или голяма къща. Те винаги са се стремили към вътрешно изживяване на това, което наистина са. И когато преживеят то-



ва, казват: „Постигнах успех в живота си“.

– Кое е първото нещо, което можем да направим, за да привлечем изобилие и успех в живота си?

– Първото нещо, което трябва да направим, е да си зададем четири важни въпроса: кой съм аз, къде съм аз, защо съм там и какво бих могъл да направя. Да се замислим, че причината да живеем живота си е напълно различна. Но тук има ирония и ще се изненадате. Когато направите това, всички неща, към които се стремите и търсите – пари, слава, нова кола, успех, работа, ще дойдат при вас автоматично, без много усилия. Няма гаранция, че ще се случи на всеки, но на много хора се случва. И това е фантастично. Някой го е казал много просто: „Първо търсете царството на Бога и всичко останало ще ви се предаде“.

Какво е Бог и от него ли зависи нашата съдба?

– Как бихте дефинирали Бог? Има ли Бог планове за нас или ние сами контролираме съдбата си?

– Ако трябва да дефинирам какво е Бог, бих казал, че не съществува нещо, което да не е Бог. Да дефинираш Бог е невъзможно, но да определиш какво Бог не е, е много просто. Няма нещо, което Бог да не е. Бог е навсякъде, Бог е всичко, което е, всичко което е било и всичко, което ще бъде.

ЗДРАВНИ ЗАВЕДЕНИЯ И КАБИНЕТИ

Аптека "Мария Попова"

Дупница, пл. "Свобода" 1, тел.: 0701/5 10 65

ОЧЕН КАБИНЕТ

Д-р Тая Димитрова

гр. Дупница, ул. Николаевска №34, тел.: 0701/4 04 71 и 0887/43 52 03. **Работно време:** всеки ден от 8 до 12 и 14.30 до 18.00 ч, събота - от 10.00 до 14.00 чД-р Александър Паризов
СПЕЦИАЛИСТ ПСИХИАТЪРДупница, пл. "Свобода" 1, кабинет 10, тел.: 0888 90 16 93, 0898 704 702, www.psyhparizov.hit.bg

МБАЛ "СВ. ИВ. РИЛСКИ" ЕООД

Доболнична и болнична помощ, физиотерапия, специализиран транспорт

Дупница, ул. "Св. Георги" 2, тел.: 0701/5 18 26, управител - 5 89 32, регистрация - 5 89 09, 5 89 71, секретар - 5 89 31, ТЕЛК - 5 89 36, информационен център - 5 89 45, спешна помощ - 5 89 46.

МЕДИЦИНСКИ ЦЕНТЪР

Предлага доболнична лекарска помощ

Д-Р ИЛКА ИВАНОВА

Психиатър. Невролог. Работи със РЗОК

Дупница, пл. "Свобода" 1 (бивш. ДКЦ-1), ет. 3, каб. 311А, тел.: 0887/31 79 46.

Центрове за Спешна Медицинска Помощ
в Югозападна България (ЦСМП)Благоевград, ул. „Бр. Миладинови“ 21, 073/881 442
Кюстендил, ул. „Яворов“ 2, 078/550 150 и 0878/524 041

Дупница, ул. „Св. Георги“ 2, 0701/52 001

Перник, ул. „Брезник“ 2, 076/601 132

София, бул. „В. Левски“ 12, 02/9983 52 24

Обл. София, жк. „Младост“ 1, 02/975 92 60

„Пирогов“, 02/915 43 33

БОЛНИЦИ

МБАЛ - Благоевград, ул. "Славянска" №60 ет. 5, тел.: 073/82 92 329, факс: 073/88 41 29

МБАЛ "Рахила Ангелова" - Перник, ул. "Брезник" 2, тел.: 076/601360; 076/68821

МБАЛ „Николай Василев“ - Кюстендил, пл. "17 януари" 1; 078/550241, 078/550231

МБАЛ „Св. Иван Рилски 2003“ ООД -

Дупница, ул. „Иван Вазов“ 26, тел.: 0701/595 38, 595 00

МБАЛ "Радомир" ЕООД - Радомир, ул. "Р. Даскалов" 50, тел.: 0777 82076

МБАЛ РОКФЕЛЕР - Петрич, бул. Рокфелер 52, 074/569 773

МБАЛ СВ. ВРАЧ ЕООД Сандански,

м. МЕСТНОСТ ПАРКА тел.: 0746 30608

"Специализирана болница за рехабилитация - Сандански" ЕАД кв. Смилково, тел.: 0746/ 232 31

МБАЛ "Д-р Иван Скандеров" ЕООД, гр. Гоце Делчев, ул. Стара планина, 54, тел. 0741/602 41

ПО-ВАЖНИ ТЕЛЕФОННИ НОМЕРА

Европейски тел. за спешна помощ	112
Спешна помощ	150
Пътна помощ към СБА	146
Противопожарна служба	160
КАТ	165
Полиция	166
Планинска спасителна служба	088 1470
(мобилен) и	02 963 2000
за справки, съвети	088 1471 (Mtel, Vivacom)
услуги -	11 800; повреди - 13 000
Електроснабдяване	070010010

4 негативни ефекта от недоспиването
Тялото отделя повече хормони на стреса

В динамиката на ежедневието има моменти, в които спим по-малко от препоръчаните осем часа сън или сънят ни не е здравословен. Недоспиването не само ни прави по-напрегнати, кара ни да прекаляваме с енергийните и кофеиновите напитки, но и има и редица други негативни ефекти върху здравето ни. Вижте някои от тях.



Забавени реакции

Лошият сън, както и недоспиването могат да бъдат причини за забавянето на реакциите ви. Това не е маловажно, особено ако се налага да шофирате, работата ви е свързана с повече физически труд, защото забавянето на всяка реакция може да бъде опасно. В действителност, изследвания са показали, че лошият сън влияе върху точното време за реакция точно толкова, колкото и алкохолът.

Спадът нивата на тестостерон при мъжете

Лишаването от сън може да бъде причина за намаленото сексуално желание както при жените, така и при мъжете. Освен това, недоспиването може да намали нивата на енергия при представителите на силния пол и да има последващ спад на интерес към интимни ласки, но и тялото им да отделя по-малко количество от хормона тестостерон.

Според изследвания мъжете, които страдат от хронична загуба на сън или лош сън заради сънна апнея, имат по-ниски нива на тестостерон.

Тялото отделя повече хормони на стреса

Когато не спим достатъчно и сънят ни е некачествен, тялото ни започва да отделя излишно количество от хормона на стреса кортизол. Ако това се случва често може да е причина за покачване на телесното тегло, развитие на диабет, преждевременно състаряване, спад на имунната система и други.

Повишава апетита

Редовното недоспиване има ефект да стимулира апетита ни. Когато имаме нарушение на съня, тялото ни започва да отделя повече пептиди, които са отговорни за регулирането на апетита ни. Когато почивката ни не е пълноценна, тялото ни ще започне да синтезира повече от пептида грелин, отговорен за повишаване апетит, докато пептидът лептин, който подсказва на мозъка, че вече сме сити – намалява.

Също така проучванията показват, че загубата и на 30 минути сън, може да повлияе отрицателно на метаболизма и да увеличи шансовете за развитие на диабет. Това е така, защото недоспиването ни отваря апетит към храни с високо съдържание на захар, мазнини.

az-jenata.bg

4 билки за добър сън

Забранени храни преди лягане
Защо не бива да ядем плодове вечер

Полезни съвети, които могат да... навредят



Експерти твърдят, че съществуват редица съвети за здравословен начин на живот, които в крайна сметка са вредни и опасни. Подбрахме най-популярните от тях. Вижте ги:

„Човек трябва да работи изправен, а не в седнало положение“. Всички сме се наслуш

шали за седящата работа в офисите, смята се, че тя забавя обмяната на веществата, храносмилането, влошава кръвоснабдяването, развиват се възпаления. И като резултат – влошено здравословно състояние и качване на килограми. Някои специалисти наистина съветват да работим, стоейки изправени. Истината обаче е, че продължителното изправено положение е също толкова вредно. Първо, защото се натовадна гръбначният стълб. Второ, забавя се кръвообращението в крайниците и възниква реална опасност от варикоза. Трето, хората с плоскостъпие не могат и не трябва да стоят дълго изправени, защото краката започват да болят и сърбят.

„Не трябва да ядем жълтъците от яйцата“ – много разпространено мнение, налагайки становището, че жълтъкът е богат на холестерол. Страхът от холестерола в жълтъците е сериозна грешка. Никой няма да яде по 10 яйца на ден, а две яйца няма по никакъв начин да ви навредят. Дори напротив – именно жълтъкът съдържа важните вещества лецитин, витамини, пептиди, които са нужни за нашия организъм.

„Нужно е човек да си устройва разтоварващи дни“. Някои експерти са на мнение, че това модерно явление не е обосновано научно. Такива разтоварващи дни са оправдани само ако сте яли нещо развалено, тогава действително ще ви помогнат. А иначе, нека не забравяме, че при здрави хора храносмилателната система се справя напълно нормално със своите дейности и няма нужда от допълнителни натоварвания, за да се пречисти. Но може да навреди и то доста, защото ако организъмът не получава полезните вещества с храната, започва да „трупва и съхранява“ занапред.

„Всичко редовно трябва да се мие и дезинфектира“, все заради „лошите“ бактерии. Но забравяме, че те са естествен спътник на човека и не всички са опасни. Никой не отрича правилата на дорбата лична хигиена, но не стигайте до фанатично протриване с влажни салфетки на всеки пет минути, както и различни други препарати. Специалистите твърдят, че прекалено честото използване на дезинфектиращи средства се отразява негативно на кожата, защото много течности и гелове съдържат спирт, а това я изсушава. Кожата се напуква и е много повече предразположена към инфектиране с бактерии и микроби.

<http://zdrave.to>

Разнообразното хранене е ключ към здравето, не диетите!



Пълноценното, т.е. и разнообразно хранене, а не ограниченията и недоождането, са предпоставка за това да сме здрави. Със сигурност да ядете едно и също всеки ден е възможно, дори в определен смисъл най-лесно. Но дали не е дошъл моментът да опитате нещо друго!? Разнообразието не е просто „поправка на живота“, но и ефективен начин да запазите здравето на цялото си тяло.

Да ядете едни и същи храни седем дни в седмицата - дори те да са зеленчуци и плодове, никак не е добра идея. Това води до дисбаланс на веществата в организма, т.е. е реална предпоставка за някакво заболяване.

Според традиционната китайска медицина както човешкото тяло, така и цялата вселена се изгражда от 5 основни вида енергия – дърво, огън, земя, метал и вода. Всяка от тях си има собствен цвят. Например за дървото това е зеленото, за огъня – червеното, за земята – жълтото и оранжевото, за метала – бялото, за водата – черното, синьото и пурпурното.

Дори да не споделяте това философско схващане, от него може да се изведе едно елементарно правило по отношение на храната: балансираното хранене диетата всеки ден трябва да се състои от разнообразни храни - например такива с всякакви цветове. Лесно ще си дадете сметка, че това не е никак трудно да се постигне.

dieta.info

Храни, които да избягвате през лятото
Световно признание за лековития мурсалски чай
Кога къпането отмива здравето на кожата

Храни, засилващи тревожността
25 истини за живота

Емоционално натоварени? Как да се освободим?

ЕТ „Василка Борисова-Йоана сто“



Гр. Дупница, ул. „Св. св. Кирил и Методий“ №8, тел.: 0899/426 450, e-mail: vasilka_borisova1956@abv.bg



Разкодиране, продажба, замяна и изкупуване на GSM апарати и компютри

MOBILVES

гр. Дупница, ул. „Николаевска“ 14 (срещу съда), GSM: 0896 660 640, 0893 332 231.

СОЛАР КОНСОЛ ЕООД
СЛЪНЧЕВИ СИСТЕМИ

Доставка Монтаж Сервиз

Газови котли Висококачествени бойлери с 1 и 2 серпентини; буферни съдове и слънчеви панели

TESY

Климатизи, алуминиеви радиатори

Дупница, ул. „Орлинска“ 42, тел. 0878 94 53 59, 0894 34 79 68, e-mail: info@solarkonsol.com

www.solarkonsol.eu



ПЕРИЛНИ И ПОЧИСТВАЩИ ПРЕПАРАТИ

НА НАЙ-ДОБРИТЕ ЦЕНИ!

Убедете се сами!

ТРАНСПОРТ

Национален телефон на служба „Справки“:

.....11 800
- Автогара Банско..... 0749/ 5 2157
- Автогара Разлог0747/8 02 40
- Автогара Брезник
.....07751/20 33, 0899/96 19 32
- Автогара - Благоевград държавна
.....073/ 88 40 09 <http://www.pprevoziblg.com/>
- Автогара - Благоевград частна
.....073/ 83 13 12
- Централна автогара - София
.....02/ 813 32 04

<http://centralnaavtogara.bg/>

- Автогара Овча Купел.....02/ 9 555 362
- Автогара Сердика...02/ 832 10 33, 02 832 10 34
<http://www.avtogara-serdika.com/>
- Автогара - Гоце Делчев0751/612 22
- Автогара - Дупница.....0701/408 54
- Автогара - Кюстендил078/550 141
- Автогара - Перник.....076/601 482
- Автогара - Перник - диспечер....076/603 870
- Автогара - Петрич.....0745/62 136
- Автогара - Радомир.....0777/809 92
- Автогара Самоков.....0722/665 40
- Автогара - Сандански.....0746/ 3 03 17
- Автогара Трън.....07731 21 44,
0888 76 97 74, 0888 78 67 30

ЖП гари

- София.....02 931 11 11, 02 932 33 33
- Дупница.....0884 405 623
- Перник.....076 60 30 50
- Благоевград.....073 83 39 09
Международни линии.....0884 405 621
- Кюстендил.....078 55 06 23
- Банско.....0749/ 8 8214
Радомир.....0777/8 21 33

www.avtogari.info

www.bgrazpisanie.com

<http://www.sofia-airport.bg/>

ПРЕДПЕЧАТ И ПЕЧАТ НА
УБЕДИТЕЛНИ И ЦЕЛНИ НА

Книги и рекламни материали

0878 959 960

Изложба графика „15 стаи“ и „10 упражнения по вечност“ откри в Кюстендил Валери Василев

Да откриеш своето призвание е истинско щастие. Преподавателят в Художествената академия Валери Василев доказва това, защото общуването със студентите го вдъхновява. Затова той твърди: „И до ден днешен играя, защото откакто завърших, преподавам. А за мен преподаването е актьорско майсторство“.

Експериментирал с почти всички графични техники, изпробвал възможностите на фотографията и инсталацията, Валери Василев проявява траен интерес към литографията, защото вероятно именно тази техника му позволява най-цялостно да изрази собствения си възглед за графично изкуство.

Настоящата изложба се състои от два графични проекта. Те са създавани специално за две софийски галерии и са съобразени с техните пространства. Но в процеса на осъществяването им авторът е помислил и за по-нататъшното им експониране и представяне в други независими пространства. Това и щастливите случайности, които понякога ни съпътстват, са дали възможност „15 СТАИ“ и „10 УПРАЖНЕНИЯ ПО ВЕЧНОСТ“ да бъдат представени и



Авторът Валери Василев (средата), проф. Ивайло Мирчев (вдясно), който представи изложбата и Валентин Господинов (вляво).

в Сърбия, Германия и Норвегия. А сега е първото им излизане извън столицата на страната ни е в знаковата галерия „Владимир Димитров – Майстора“ – гр. Кюстендил.

Тези, общо 25 на брой графични листа, са изпълнени в техника литография. Ценни ги прави и минималният брой отпечатъци – по 5 само от тема, което за трудоемката и изискваща висок професионализъм техника „си е чисто и просто ти-

бетски жест на усилие“, споделя авторът. Те са много цветни, с изключителен живописен ефект.

Валери Василев принадлежи към поколението на родените през 60-те години български визуални артисти. Завършва НХА (тогава ВИИИ „Николай Павлович“ – София) през 1992 г. Има десетки участия и е носител на награди от международни графични форуми и проекти за съвременно изкуство както в страната, така и в чужбина. Има самостоятелни прояви в България, Германия, Полша и Норвегия. Куратор и организатор е на редица изложби, представящи съвременна българска графика, в Чехия, Полша, Испания и България.

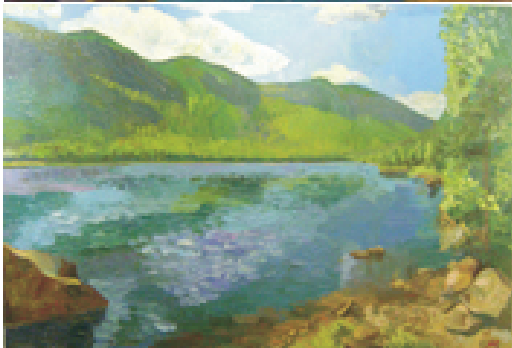
При единия от проектите картините са поставени под черен найлон със специално осветление.



Сценографка от Пловдив със самостоятелна изложба - живопис в Дупница

Изложба под наслов „Вдъхновени от красотата“ откри Милена Струнчева-Найденова в галерия „Околийска къща“ в Дупница. Включени са повече от 80 картини, рисувани са в периода 2000 година до сега.

Младата художничка гостува със своя изложба в Дупница за първи път. Родена е в Пловдив, но е омъжена в Дупница, където живее със семейството си. Завършила е Националното художествено училище за сценични и екранни изкуства в Пловдив. Там изучава историята на изкуството, театъра, история на костюма, пластична



Милена Струнчева-Найденова

анатомия, графичен дизайн, изработка на декори и др. Участвала е в международни проекти за изработка на декори и костюми още като ученичка. През 2002 г. завършва Академията за музикално и танцово изкуство (АМТИ) в Пловдив, със специалност сценография на музикално-сценичните жанрове. Участвала е в съвместни проекти за изработка на декор към Пловдивската опера „Борис Христов“. С изложбата в Дупница пресъздава впечатленията си от пътуванията сред природата и градския пейзаж, както и от пътуванията си в чужбина. Изложените картини представят красиви пейзажи от Рила, Родопите, Пирин, стари български къщи, стари сгради от Гърция и др. страни от Европа. В изложбата са включени и картини с библейска тематика и натюрморти. Авторката използва различна техника - живопис, акварел, пастели, графика.

При откриването на изложбата на младата художничка бе прочетен поздравителен адрес от името на кмета на Дупница инж. Методи Чимев.

Изложбата ще остане експонирана в галерията до към 20 юни.



Изложбата „НЕ/ФОРМАЛНО“ на НБУ представя в Перник най-новите творчески постижения на 12 художници

Изложбата „НЕ/ФОРМАЛНО“ на НБУ представя в галерия „Кракра“ в Перник най-новите творчески постижения на 12 художници от Департамент „Изящни изкуства“: проф. Николай Майстор, проф. Екатерина Русинова, доц. Михаил Чомаков, доц. Валентин Савчев и техните по-млади колеги – доц. д-р Ралица Мирчева, доц. д-р Анна Янева, гл. ас. д-р Калина Христова, Станимир Божилов и други. Тя е посветена на 24 май и 25-годишнината на Нов български университет

В съгласие с девиза на Университета „Ne varietatem timeamus“ (Да не се боим от разнообразието), изложбата е един опит да се представи част от многообразието в изящните изкуства, изучавани в НБУ: живопис, скулптура, графика, плат и рисунки.

От 2012 г. Художествената галерия в Перник има сключен договор за сътрудничество с НБУ, в рамките на който се реализират много съвместни изяви. Преподаватели и студенти от висшето училище се представят със свои творби в Перник, а пернишки художници



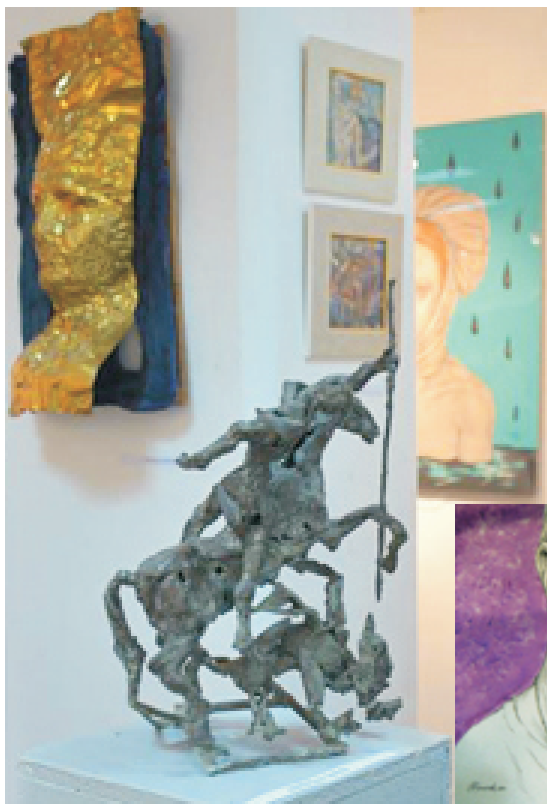
Откриване на изложбата

представят свои сборни експозиции в Центъра за изкуства в НБУ.

Доц. Валентин Савчев – ръководител на Департамента „Изящни изкуства“, подчерта голямата приемственост между поколенията. Наред с утвърдени автори в българското изкуство, в тази изложба има творби и на млади талантиви художници, които показват завидно майсторство.

Изложбата „НЕ/ФОРМАЛНО“ бе официално открита от Севделина Ковачева – зам.-кмет „Образование и култура“, която пожела сътрудничеството между НБУ и Перник да бъде все така ползотворно.

gallery.pernik.org



ПЕРНИК <http://www.pernik.bg>

Културна програма за м. юни

БЛАГОЕВГРАД

<http://www.blgmun.com/>
Програма за м. юни

КЮСТЕНДИЛ

<http://www.kustendil.bg/>

www.kultura-kn.info

<http://www.bratstvokn.org/>

Културна програма на гр. Кюстендил

ПРАЗНИК НА ЧЕРЕШАТА 2016

24 ЮНИ (ПЕТЪК)

Градинката пред Община Кюстендил

15:00—Изложение и демонстрация на занаяти

16:00—Редене на пана с череши от деца

17:30—Забавна програма и игри с череши

—„Мама, татко и аз“

Площад „Велбъжд“

19:00—Празничен концерт

25 ЮНИ (СЪБОТА)

Градинката пред Община Кюстендил

10:00—Изложба-базар на череши и черешови

произведения

*Изложение на занаятчий и производители

*Арт-работилници за деца

11:00—Официално откриване на празника

* Представяне на перспективни сортове череши за страната и района от Института по земеделие – Кюстендил

*Конкурс за най-едра череша, най-атрактивно вешало, най-красив черешов щанд

*Конкурс за най-оригинално занаятчийско произведение на тема череша

12:00—Фолклорен празник „Черешчица род родила“

15:30—Обявяване на резултатите от конкурса за най-едра череша, най-атрактивно вешало, най-красив черешов щанд

26 ЮНИ (НЕДЕЛЯ)

Градинката пред Община Кюстендил

10:00—Фолклорен празник „Черешчица род родила“

* Изложение на занаятчий и производители

*Арт-работилници за деца – редене на вешала и пана

11:00 – Кулинарна надпревара „Черешки в кухнята“

12:30—Фолклорен празник „Черешчица род родила“

БАНСКО

<http://bansko.bg/>

10-15 юни НЧ „Никола Вапцаров“

Честване 155 години от публикуването на сборника „Български народни песни“ на братята Димитър и Костадин Миладинови

19 юни ДИЦ „Св. Паисий Хилендарски“

Ден на Св. Паисий Хилендарски. Вход Безплатен.

м.юни

Дом на изкуствата

Изложба живопис

1-7 юли НЧ „Никола Вапцаров“

Летни театрални празници „На публиката – с любов“

10-15 юли НЧ „Н. Вапцаров“

Концерт „Банска младост“

15-16 юли площад „Н. Вапцаров“/стадион „Св. Петър“

Музикален фестивал „Банско БИИТ“

23 юли площад „Н. Вапцаров“

74 години от разстрела на Никола Вапцаров

20-23 юли площад „Н. Вапцаров“

Лятна киномания под звездите - издание на „Банско филм фест“, кинофестивалът за документални филми, разкриващи красотата на природата и екстремните спортове

22 юли Дом на изкуствата

74 години от разстрела на Ни-

кола Вапцаров

01-03 август Парк Пирин

Честване 113 години от Илинденско - Преображенското въстание и Деня на Пирин

06 -13 август централен площад „Н. Вапцаров“

Международен Джаз Фестивал Банско

БРЕЗНИК

<http://www.breznik.info/>

25-26.06.2016 г. гр. Брезник

„Граовски събор ВИДОВДЕН“

БОБОВ ДОЛ

<http://www.bobovdol.eu/>

БОБОШЕВО

<http://obshtina-boboshevo.com/>

<http://www.boboshevo.org/>

БЕЛИЦА

<http://www.belitsa.com/>

24.06. женски клуб на на „Пенсионера“ Читалище „Георги Тодоров-1885“

Ден на билките „Еньов ден“. „Лечебната сила на билките“, беседа от ромси събирачи на билки

05.07. Център-Белица и на населените места в общината

Рамазан Байрам

Празнични концерти с участие на самодейните творчески колективи и гост изпълнители

ГОЦЕ ДЕЛЧЕВ

<http://www.gotsedelchev.bg/>

м. юни гр. Гоце Делчев

XXVI Международен фестивал на класическата китара Гоце Делчев 2016 г.

м. юни

Събор „Слънце луна“ - Гоце Делчев - Делчево

м. юли

Празник на с. Борово

м. юли

Концерт по повод завършването на учебната година на школите при НЧ „Просвета-1865“.

18 юли

Тържествено честване 179 години от рождението на Васил Левски.

м. юли

Хип-хоп фестивал

ГЪРМЕН

<http://www.garmen.bg/>

ДУПНИЦА

<http://www.dupnitsa.bg>

14.06., 19.00 ч. ОБДТ „Невена Коканова“

„Любовна песен“ – постановка на Младешки театър „Николай Бинев“

Автор: Джон Колвенбак. Превод: Петър Кауков. Сценография и костюми: Елена Иванова. Режисьор: Андрю Волкофф. Ас. режисьор: Димана Пейчева. Музика: Мартин Каров

Участват: Силвия Лулчева, Светослав Добрев, Николай Луканов, Елена Бърдарска, Александър Хаджиангелов
20.06.

Церемония по дипломиране на завършилите тази година Гимназия „Христо Ботев“

21.06., 19.00 ч. ОБДТ „Невена Коканова“

ДТ „Рачо Стоянов“ гр. Габрово представя:

„Чешити“ по Чудомир. Драматизация и постановка: Невена Митева.

Хореография: Лъчезар Захариев. Участват: Велислава Маринкова, Силвия Боева, Надежда Петкова, Елизабет Попова, Магдалена Славчева, Илия Костадинов, Димо Димов, Светослав Славчев, Петко Петков, Мартин Властанов, Васил Грънчаров, Валери Радев

22.06. ПГ „Акад. С. П. Корольов“

Церемония по дипломиране на завършилите 2016 г. ПГ „Акад. С. П. Корольов“

23.06., 19.00 ч.

Представление на Театър „Сълза и смях“

23.06., 19.00 ч.

„ДА УТЕПАМЕ БАБЕТО“ - на Театър „Сълза и смях“ - София. по По Джон Патрик. Постановка: Васил Василев, сценография: Георги Георгиев, участват: Анна Петрова, Дидо Мачев, Вель Го-

ранов, Николай Тодоров, Таня Кожухарова, Микаела Стоименова, Жанет Миовска и Петър Райжеков

04.07., 19.00 ч.

“БРАК ПО ПРИНУДА И РОГОНОСЕЦ БЕЗ РОГА”, от Жан Багист МОЛИЕР, постановка ПЛАМЕН МАРКОВ, сценография ДАНИЕЛА НИКОЛЧОВА, музика ПЕТЯ ДИМАНОВА. Участват: АДРИАН ФИЛИПОВ, ВЕСЕЛИНА МИХАЛКОВА, ВАЛЕРИ ВЪЛЧЕВ, ГЕРГАНА АРНАУДОВА, ДАНИЕЛА ВИКТОРОВА, ЕКАТЕРИНА ГЕОРГИЕВА, ИНА ДОБРЕВА, НИКОЛАЙ БОЖКОВ, НИКОЛАЙ КЕНАРОВ, НЕНО КОЙНАРСКИ, ПЕТЯ ЯНКОВА, ПЛАМЕН ДИМИТРОВ, ПЛАМЕН ГЕОРГИЕВ, СВИЛЕН СТОЯНОВ, СТЕФАН ДОДУРОВ, СТОЯН РАДЕВ, ТЕОДОР ПАЗОВ, ЦВЕТИНА ПЕТРОВА. Постановка на ДТ “Стоян Бъчваров” - Варна

03-20.06.2016 г. от 17.30 ч. в изложбена зала “Околийска къща,”

„Вдъхновение от красотата“ – изложба на художник - сценографа Милена Найденова.

12.06., 19.00 ч. двора на джамията

Хепънинг „Птиците като магия“, закриване на изложбата „Птиците – небесни пратеници или какво“

ЗЕМЕН

<http://zemen-bg.com/>

КОВАЧЕВЦИ

<http://kovachevtzi.com/>

11-12.06. с. Ковачевци – площад Землячески събор с. Ковачевци
20.06. с. Косача

Курбан по случай “Св. Дух”

02.07. с. Калище - площад Землячески събор с. Калище

КОЧЕРИНОВО

<http://www.ob-kocherinovo.bg/>

КРЕСНА

<http://kresna-bg.com/>

16.07. м. Върбите
„Приатели на Пирин“-туристически събор в м. Върбите
20.07.

Събор - с. Влахи

НЕВЕСТИНО

<http://www.obshtinanevestino.kncity/>

ПЕТРИЧ

<http://www.petrich.egov.bg/>

20.07.2016 гр.Петрич населени места в общината

Илинден – празник

РАЗЛОГ

<http://razlog.bg/>

м. юни 2016г.гр. Разлог
Летен театрален фестивал на Звездите Разлог 2016

Община Разлог

м. юни 2016г.

гр. Разлог

5-ти Национален фестивал на традиционните хора
„На армане с тъпане“

м. юли 2016 г.

Гр. Разлог

Купа Разлог – спринт и средна дистанция

РАДОМИР

<http://www.radomir.bg/>

13.06 с. Стефаново

Ден на селото

16.06. гр. Радомир

Годишен концерт на школите и клубовете в читалището
20.06. с. Дрен

Среща с писателката Люба Попова

20-24.06 гр.Радомир

„Седмица в музея“

- понеделник

„Оръжието на радомирския боец“

– запознаване на детска аудитория с художествената орнамента

и украса на оръжието и значението на символите

- вторник

„Облеклото на баба и дядо“ – обличане на манекени с автентични народни носии. Запознаване с характерните костюми от този край и

правилата за носене

- сряда

Грънчарско колело в музея – демонстрация и изработване на глинени съдове

- четвъртък

„Да тъчем заедно“ – демонстрации за обработка на вълна – предене, плетене, плъстене – петък

Празнуване на Еньовден в комплекс килийно училище и черква с. Радибош

Възстановка на народните ритуали на празника, изложба, фолклорна програма

20.06. гр. Радомир

Лятна занималня

24.06. с. Дрен

Среща на поколенията в Център на занаятите „Егрека“

25.06. с. Дрен

Ден на селото

м. юни, м. юли, м. август

гр. Радомир, селата в община Радомир

Летни занимални, летни лагери, спортни игри, туристически походи, дискотеки, посещения на плажове, училища по народни танци

09.07. с. Д. Диканя

Ден на селото

18.07. гр. Радомир

Ритуал по поднасяне цветя и венци на паметника на Васил Левски по повод 179 години от рождението му

НЧ „НАПРЕДЪК-1895“

www.napredak.hit.bg

РИЛА

<http://www.grad-rila.bg/>

18-20 юни гр. Рила; Централен вход на Културния дом Се лищен събор на град Рила „Свети Дух“. Празничен концерт, забавни и развлекателни мероприятия

<http://pastra.selo.bg/>

САНДАНСКИ

<http://sandanskibg.com/>

10-11.06.2016 г.

Мелнишки вечери на поезията Гр. Мелник, община Сандански

Фондация „Мелнишки вечери на поезията“, отговорник: Катя Ерменкова

17-18.06.2016 г. Гр. Сандански

130 години от създаването на читалище „Емануил Васкидович – 1886“

18-19.06.2016 г. Гр. Сандански

Танцов фестивал „Хоро край Пирина“

20.06.2016 г.

90 години читалище „Св. Климент Охридски“, с. Склаве

24.06.2016 г. С. Спатово

Еньовден – Празник на билките. Посрещане на празника с изложба на тъкани и традиционен текстил; бране на билки

Юни 2016 г.

Годишни концерти на - БФ „Жасмин“ – Марина Димова

- Спортен клуб „Феерия“ – Тяня Николова

26 юни 2016 г.

80 години Археологически музей – Сандански

НЧ „Отец Паисий-1919“

<http://www.sandanski-chitalishte.com/>

САМОКОВ

<http://www.samokov.bg/>

САПАРЕВА БАНЯ

<http://saparevabanya.bg/>

СИМИТЛИ

<http://www.simitli.bg/>

20.06.2016 г. с. Сушица, с. Полето, с. Черниче

Отбелязване на СВ. ДУХ

29.06. с. Брежани с. Мечкул

Св. Петър и Павел

09.07.2016 г. с. Долно Осеново

Рамазан байрам

14.07.2016 г. м. Синаница

Дни на Пирин

САТОВЧА

<http://www.satovcha.bg/>

м. юни с. Плетена, читалище

Вечер, посветена на творчеството на Христо Ботев, четене на стихове с ученици

1 юли

Поход по случай 63 г. от смъртта на героя граничар Вергил Борисов Ваклинов до лобно-

то му място. Римския мост, Ваклинова чука. Посещение на Музей на Вергил Ваклинов в гр. Доспат

– Изнасяне на тематична концертна програма

9 юли Община Сатовча

Празник на чешмата и семейството

м. юли (средата на месеца)

Традиционен събор на община Сатовча /с участието на всички самодейни състави, сборни групи от детски градини/

СОФИЯ

<http://www.sofia.bg/>

СТРУМЯНИ

<http://www.strumyani.org/>

29.06.2016 г. С. Клепало

Народен събор в с. Клепало на Петровден

20.07.2016 г. С. Никудин

Народен събор в с. Никудин на Илинден

ТРЪН

<http://www.tran.bg/>

15 юли гр. Трън

ПРЕЗ ОКОТО НА ОБЕКТИВА – фотоизложба

ХАДЖИДИМОВО

<http://www.hadzhidimovo.com/>

20.06.2016 г. с. Блатска, с. ново Лески, Лясковски връх

Свети Дух – църковен и селски празник

29.06.2016 г. с. Гайтаниново

Петров ден църковен и селски празник

09.07.2016 г. с. Блатска, с. Беслен, с. Теплен

Рамазан Байрам - официален мюсюлмански празник

11.07.2016 г. с. Ваклиново

Събор на тютюнопроизводителите

20.07.2016 г. с. Ново Ловча

Илинден ден – църковен и селски празник

ЯКОРУДА

<http://yakoruda.gateway.bg/>

* Възможни са промени в програмите на общините и културните институции

ГАЛЕРИИ

ДУПНИЦА

Галерия „Джамията“

пл. „Свобода“ 1

Галерия Околийска къща - Дупница

3-17.06.

Изложба живопис и графика на Милена Найденова

25.06. 12.00 ч.

In memoriam

Андрей Севдин

Vita brevis ars longa

САПАРЕВА БАНЯ

Градска художествена галерия „Васил Кръпчански“, тел.: 0895 180 311

Изложба на проф. Емил Попов и негови студенти

КЮСТЕНДИЛ

ХГ „Владимир Димитров - Майстора“

ул. „Патриарх Евтимий“ 20, тел: 078/55 00 29,

e-mail: info@artgallery-themaster.com,

www.artgallery-themaster.com

Постоянна експозиция с творби на Владимир Димитров – Майстора;

Изложба „Юбиляри“ - 110 години от рождение-то на Драган Лозенски

Изложба живопис на Антон Гошев

Изложба на дипломанти от катедра „Скулптура“ при НХА

Изложба - графика на Валери Василев

13-24.06.2016 г. – с. Шишковци

Пленер на студенти от Националната художествена академия, София

24.06. 18:00 часа

Изложба с творби на студенти от специалности „Живопис“ и „Скулптура“ При НХА –София, от пленера в с.Шишковци

01.07.

Изложба от фонда на ХГ - Стара Загора

Общински драматичен театър - Кюстендил

17.06. 18:30 часа - фойе на

„Кафе и канела“ - изложба акварел на Бояна Алексова

Организира – Сдружение „Партньори Кюстендил“

Галерии ПЕРНИК <http://gallery.pernik.org/>

e-mail: pk4art@yahoo.com

ХГ „Любен Гайдаров“, тел.: 076/ 60 19 83

23 юни 17,30 ч.

„Непознато“- изложба на Александър Неговански

Арт Салон, тел.: 076/60 03 63

Изложба на учителите художници

16 юни 17,00 ч.

„Ателието“ - изложба на художествена школа към ХГ

Галерия „Кракра“, тел.: 076/ 60 25 18

„НЕ/ФОРМАЛНО“ - изложба на преподаватели от Нов български университет

21 юни 17,30 ч.

„Лято“ - изложба от фонда на ХГ - Перник

ХГ „Марин Гогев“, при чит. „Съзнание“ - км. Изток

Регионален исторически музей - Перник

1-30 юни 09,00-17,00 ч. Изложби:

· „Пътят на времето“

· „Дарове за боговете“

· „Въоръжение и снаряжение от фонда на РИМ – Перник“

· „Спортът е моят живот“

25 юни 10,00 ч. - РИМ

Семейна събота в музея - „Еньовден“

21 юни

18,30 ч. –Гара „Разпределителна“- депо Перник.

„Водна кула арт фест“ – международен фестивал за съвременно изкуство. Организиран: Сдружение ИМЕ – София със съдействието на Община Перник и РИМ - Перник

Vipgallery, НЧ „Нови хоризонти-2009 г.“

Перник, Бизнесцентър „Елена“

тел.: 0898/53 56 28, www.vipgallery.eu

Изложба „7+“ по повод 10-годишнината от откриването на галерията

БЛАГОВЕВГРАД

Художествена галерия „Любимо“

гр. Благоевград, ул. „Хр. Татарчев“ 24 (срещу книж. „Перун“), тел.: 0888/325211, 0884/974 007, e-mail: lubimo@abv.bg, <http://www.lubimo.com>**Общинска художествена галерия** - Благоевград, ул. „Крали Марко“ №8, galleryblg.com

Традиционна обща художествена изложба по повод Деня на българската просвета и култура и празник на Благоевград

01.07.

Изложба на Георги Ковачев с последните му работи и с най-доброто, което е правил.

14-18 юни парк Бачиново, река Бистрица

„ПЪТЯТ, СЛЕДИТЕ И СЯНКАТА“ - Еко арт фестивал Благоевград 2016. Куратор: Дойчин Русев

САНДАНСКИ <http://www.likin.vibs-bg.com>

Художествено сдружение „Ликин“, изложбени зали - Сандански - ул. „Македония“ №53 и ул. „Банска“ №2, изложбена зала - гр. Мелник.

Постоянна експозиция на художници от Юго-западна България

ДТ „Никола Вапцаров“ - Благоевград

<http://www.blagoevgradtheater.eu>они”

14.06.16г. 10.00 ч. Благоевград/ Голяма сцена
 “ЗАЩО ПАДАТ ЗВЕЗДИТЕ?!” по мотиви от Златина Билярска

постановка - Жанет Керанова

14.06.16г. 19:00ч. гр. Кресна/Читалище “Култура-1932”

“ЖЕНСКО ЦАРСТВО” от Стефан Л. Костов. Режисьор - Румен Попкостадинов

24.06.16г. 11:00ч. Благоевград/ Голяма сцена

“ПРИНЦЕСАТА И СВИНАРЯТ” - музикална приказка от П.Панчев и Ю.Слабаков, постановка - Стефан Поляков

20 - 24 юни Младежки дом

МЛАДЕЖКИ ТЕАТРАЛЕН ФЕСТИВАЛ “ТАЛАНТИНО”

/по отделна програма/

ТЕАТЪРЪТ СИ ЗАПАЗВА ПРАВОТО ЗА ПРОМЯНА В ПРОГРАМАТА

8-16 юни

ФЕСТИВАЛ НА УЛИЧНИЯ И КУКЛЕН ТЕАТЪР

ОДТ “Боян Дановски” - Перник

<http://www.odt.pernik.org>

11 юни

11,00 ч. – Театрален салон „Георги Русев“

Кино в театъра - анимация 2D

12 юни

11,00 ч. – Театрален салон „Георги Русев“

Кино в театъра - анимация 2D

18 юни

11,00 ч. – Театрален салон „Георги Русев“

Кино в театъра - анимация 2D

19 юни

11,00 ч. – Театрален салон „Георги Русев“

Кино в театъра - анимация 2D

25 юни

11,00 ч. – Театрален салон „Георги Русев“

Кино в театъра - анимация 2D

26 юни

11,00 ч. – Театрален салон „Георги Русев“

Кино в театъра - анимация 2D

ОбДТ Кюстенгил**ОбДТ „Невена Коканова“ - Дупница**

14.06., 19.00 ч. ОбДТ „Невена Коканова“

„ЛЮБОВНА ПЕСЕН“ – постановка на Младежки театър “Николай Бинев”

Автор: Джон Колвенбак. Превод: Петър Кауков. Сценография и костюми: Елена Иванова. Режисьор: Андрю Волкофф. Ас. режисьор: Димана Пейчева. Музика: Мартин Каров.

ТЕАТЪР

Участват: Силвия Лулчева, Светослав Добрев, Николай Луканов, Елена Бърдарска, Александър Хаджиангелов

21.06., 19.00 ч. ОбДТ „Невена Коканова“

ДТ „Рачо Стоянов“ гр. Габрово представя:

„ЧЕШИТИ“ по Чудомир. Драматизация и постановка: Невена Митева. Хореография: Лъчезар Захариев. Участват: Велислава Маринкова, Силвия Боева, Надежда Петкова, Елизабет Попова, Магдалена Славчева, Илия Костадинов, Димо Димов, Светослав Славчев, Петко Петков, Мартин Властанов, Васил Грънчаров, Валери Радев

23.06., 19.00 ч.

“ДА УТЕПАМЕ БАБЕТО” - на Театър „Сълза и смях“ - София. по По Джон Патрик. Постановка: Васил Василев, сценография: Георги Георгиев, участват: Анна Петрова, Дидо Мачев, Вельо Горанов, Николай Тодоров, Таня Кожухарова, Микаела Стоименова, Жанет Миовска и Петър Райжеков



Една бляскава комедия за парите, любовта и приятелството. Интересни субекти се събират в запустяло имение във викториански стил, за да се възползват от леко смахнатата му собственичка. Без да подозират, че добротата ѝ е заразна! Животът понякога тръгва наопъки и без да се усетим ставаме груби и подли. Ако някой успее да види чистото и добро сърце, което крием, няма начин да не се променим. Всеки иска да го втресе от нежност. И никакво лекарство да не помогне. Над нас бди един лъч светлина, който ни остава с надеждата, че светът е хубаво място за живеене

04.07., 19.00 ч.

“БРАК ПО ПРИНУДА И РОГОНОСЕЦ БЕЗ РОГА”, от Жан Батист МОЛИЕР, постановка ПЛАМЕН МАРКОВ, сценография ДАНИЕЛА НИКОЛЧОВА, музика ПЕТЯ ДИМАНОВА. Участват: АДРИАН ФИЛИПОВ, ВЕСЕЛИНА МИХАЛКОВА, ВАЛЕРИ ВЪЛЧЕВ, ГЕРГАНА АРНАУДОВА, ДАНИЕЛА ВИКТОРОВА, ЕКАТЕРИНА ГЕОРГИЕВА, ИНА ДОБРЕВА, НИКОЛАЙ БОЖКОВ, НИКОЛАЙ КЕНАРОВ, НЕНО КОЙНАРСКИ, ПЕТЯ ЯНКОВА, ПЛАМЕН ДИМИТРОВ, ПЛАМЕН ГЕОРГИЕВ, СВИЛЕН СТОЯНОВ, СТЕФАН ДОДУРОВ, СТОЯН РАДЕВ, ТЕОДОР ПАПАЗОВ, ЦВЕТИНА ПЕТРОВА. Постановка на ДТ “Стоян Бъчваров” - Варна

Проф. Емил Попов представи с пет свои ученици графики и скулптури в галерията на Васил Кръпчански в Сапарева баня

Проф. Емил Попов – преподавател в НХА – София, откри изложба със свои произведения и творби на свои студенти в ХГ „Васил Кръпчански“ в Сапарева баня. В салона на първия етаж на галерията са представени скулптури, пластики, картини – графики и акварел. Особено впечатлява скулптурната композиция „Свинкс“, съставена от пет елемента. Антон Цанев, Диян Димов, Мартин Трифонов, Мартиан Табаков и Милена Юлианова включват сполучливо своите творби в общата композиция. Всички те имат участия в различни проекти и симпозиуми, свързани с изкуството, а Диян Димов, който магистър по скулптура, има и самостоятелна изложба в галерия „Сезони“ – София.

Сред гостите бяха арх. Младен Мирянов – автор на сградата на галерията, художниците от Перник Богомил Благоев, и Сашо Евтимов, директорът на пернишката галерия Елена Темелкова, бившият зам.кмет на Сапарева баня

Радка Георгиева, Мария Попова – собственик на аптека, поетът Михаил Калдъръмов – бивш директор на ХГ „Владимир Димитров – Майстора“ и др.

„Идеята ни е да съхраним паметта за нашия колега Васил Кръпчански“, посочи проф. Емил Попов. Бележитият художник е родом от Сапарева баня, но дълги години работеше в Перник и бе член на СБХ в града.

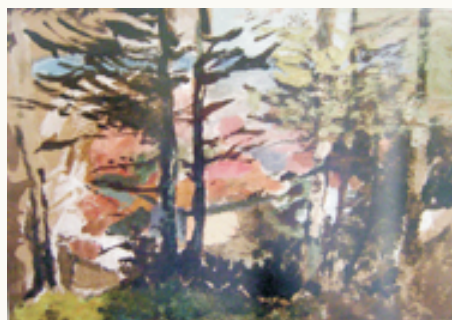
Проф. Емил Попов живее в с. Мали Дрен, Пернишко. Роден през 1951 г. в Кюстендил. През 1975 г. завършва НХА, специалност скулптура при проф. Любен Димитров. От 2002 г. е редовен професор по скулптура. Негови произведения са собственост на много музеи и галерии в страната и чужбина – Националната художествена галерия, Софийска градска художествена галерия, музея „Пушкин“ в Москва, Национална галерия във Варшава и в Прага, музей „Данте“ – гр.Равена (Италия), музей „Мост“ – Норвегия, колекцията на Петър Людвик – Германия, колекцията на Хуго Вутен – Белгия, колекцията на Светлин Русев –

Част от изложениите в галерията експонати.



гр. София, на Ангел Симеонов и други частни колекции у нас и в чужбина.

През следващия месец в галерията в Сапарева баня ще бъде открита изложба на група художници от Перник.



Пламен Бонев, Евгени Кузманов и Николай Китанов с наградите на традиционната изложба по повод 24 май в Благоевград

Повече от 90 творби на над 40 автори бяха изложени в Градска художествена галерия в Благоевград. Традиционната експозиция е посветена на 24 май и събира по този повод всяка година произведения на творци от Благоевград и региона. Включва живопис, графика, скулптура, дърворезба и рисунка.

Изложбата е с конкурсен характер, а журито се определя от Съюза на художниците в София. Отличени за убедително представяне бяха известните творци Пламен Бонев, Евгени Кузманов и Николай Китанов. Жури в състав проф. д-р Ивайло Мирчев, доц. Василев и скулпторът Иван Чолаков направи нелекия избор.

„Тази година наградата се да-

ва за силно авторско присъствие, независимо от това какво точно представя съответния художник - било то живопис, дърворезба, каменна пластика и т.н. Номинирани бяха още няколко художника – Анна Топалова, Антон Гошев, Иван Милушев и Румен Дешев. Журито се определя от Съюза на художниците и се назначава със заповед на кмета на община Благоевград. Важно бе така да се подбере, че да не са хора, които са близки на художниците, участници в изложбата”, заяви директорът на галерията Иван Милушев.

Жителите и гостите на Благоевград ще могат да разгледат изложбата до средата на месец юни.

Проф. Евгени Кузманов е роден на 13 май 1941 г. в Радомир. Завършил е скулптура в Национална художествена академия „Николай Павлович“ – София. Негови пластични творби и рисунки са притежание на Националната художествена галерия, СГХГ и частни колекции във Франция, Холандия, Белгия, Германия, Русия. Преподавател е по скулптура в Катедрата по изобразително изкуство в

ЮЗУ „Неофит Рилски“ – Благоевград. Разностранният талантилив творец е автор на 11 книги – романи, повести, разкази. Носител е на наградата „Гравитон“ (1996) за фантастика и на голямата награда от Третия национален конкурс „Развитие“ за 2000 г. за романа му „Виявици и фучавици“, в който героите са радомирици.

Пламен Бонев е роден през 1954 г. в София. Установява се и твори в Благоевград. Има над 10 самостоятелни изложби в България и чужбина. Негови творби са притежание на Националната художествена галерия, музея „Пушкин“ в Москва, частни колекции в Люксембург, Швейцария, Франция, Германия, Русия, Япония.

Николай Китанов е роден в благоевградското село Марулево през 1935 г. От 1970 до 1996 г. е художник в Драматичен театър - Благоевград. Член е на Съюза на българските художници. Ученик е на художниците доц. Владимир Пешев и Георги Лазов. Твори предимно в областта на живописата, участва редовно в националните и общите изложби на СБХ. Изявява се и в представителни изложби в чужбина - Белгия, Швейцария, Русия, Франция, Полша и др., както и на много пленери по живопис у нас и в чужбина. Организиран е самостоятелни изложби у нас и зад граница. Носител е на много награди за живопис. Негови творби са притежание на редица български галерии, както и на частни колекции у нас и по света.



Проф. Евгени Кузманов



Николай Китанов



Пламен Бонев

Атрактивна изложба разкрива непознати факти за птиците в галерия „Джамията“ в Дупница

В деня на музеите Общински исторически музей – Дупница и Исторически музей Поморие откриха в галерия „Джамията“ мобилната изложба „Птиците – небесни пратеници или какво?“

На откриването на изложбата, което бе извършено на площадката пред Джамията, директорът на дупнишкия исторически музей Анелия Геренска представи куратора и автор на изложбата Анелия Дочева, която е уредник по етнография в Исторически музей – Поморие. Тя зададе риторично въпроса какъв би бил светът без птиците. Посочи, че много от птиците видове са забулени в предания и легенди, препоръча да се обърнем към познанията на нашите предци и попита дали още някой разчита езика на пернатите. Символите, свързани с красивите животни са беззброй, каза тя и даде редица примери: какво очаква този, който убие петел, какво перо използват врачките при баене и т.н.

Десетките гости можаха да разгледат традиционна индианска палатка „типи“ с огнище, да получат много информация за птиците, да видят десетките препарирани експонати, между

които щъркел, патици, бухал, сова, гълъби, лебед и др., както и традиционни кукерски украси с пера. На специален телефон, осигурен от Посетителския център – Паничище, всеки можеше да чуе птичите песни. Имаше и книга, на която с перо от паун всеки може да разкаже своя случка с птица. Най-голямата атракция бяха наметало, пера за поставяне на главата и жезъл на шаман, които всеки можеше да облече и съответно да прави връзка с духове от други измерения, за да докара дъжд примерно. Служителят от музея в Поморие Явор пръв се преобрази на шаман, за да демонстрира функциите на тази мистична фигура. Той показа



Анелия Геренска и Анелия Дончева откриха изложбата и въведоха гостите.



Шаманските одежди пръв облече Явор, вляво -индианската палатка.

елементи от ритуал на древния свещенослужител. След него мантията облече ученикът от Дупница Петър. Много от гостите влязоха в палатката, други слушаха автентични птичи гласове на телефона. Имаше и видеоостена, на която течеше непрекъснато видео за птиците.

На откриването на изложбата присъства експертът в Посети-

телския център в Паничище, Страхил Гювийски, директорът на Дирекция „Социални и културни дейности“ при Община Дупница Таня Петрова и много др.

Изложбата бе открита на 12 юни вечерта с вълнуващ спектакъл при участието на групи и състави от Дупница.

Изложбата е подготвена от Исторически музей – Поморие със съдействието на Природонаучния музей в Бургас и се осъществява със съдействието на Национален парк „Рила“ и Посетителския център - Паничище.



Препариран щъркел, а до него яйце от щраус.



700 зрители аплодираха на крака актьорите от „Големанов“ в Дупница



Участниците в постановката бяха дълго аплодирани

Над 700 дупничани станаха свидетели на вълнуващ спектакъл на ОБДТ „Невена Коканова“ в Дупница. Актьорите Ивайло Калоянчев, Латинка Петрова, Ивайло Захариев, Люба Пашова, Веселин Цанев, Славчо Пеев, Иван Иванов, Николай Иванов, Виктория Янева, Снежана Малковска, Василка Сумева, Мария Миради и Петя Хаздай дадоха всичко от себе си на премиерата на „Големанов“ и вдигнаха на крака публиката, изпълнила докрай залата на театъра. Ивайло Калоянчев се превъплъти прекрасен в образа на политика, който ден и нощ мечтае за министерския пост: „Хубаво е да си министър, дявол да го вземе! Власт... чест... слава! Министър Големанов! Най-високото стъпало, на върха, понагоре - небето!“, разкрива своето верую нашенският политик. Той е истинска карикатура на необузданите амбиции за власт, пари и

слава и въплъщение на всички пороци, присъщи и на съвременните държавни мъже. Героят на Ст. Костов е готов да прежали дори дъщеря си и да я даде на престарелия ерген министър, само и само да се докопа до министерското кресло.

Дупничани аплодираха и играта на Латинка Петрова в ролята на баба Гицка. Родената в Горна Козница актриса изигра чудесно немощната, но особено важна за бъдещия министър старица.

След края на пиесата дупничани дълго ръкопляскаха на актьорите, а режисьорът на пиесата и директор на дупнишкия театър Светослав Пеев скромно заяви: „Надявам се, че се получи!“ и благодари на кмета на Дупница, който също изгледа „Големанов“, както и на спонсорите за подкрепата тази пиеса да стане реалност. На сцената с актьорите се качиха и ав-



Моменти от спектакъла

торът на музиката Петър Ступел и художникът Георги Славков, който е роден в Кюстендил, но работи като художник-сценограф в ДТ „Н. Вапцаров“ – Благоевград.

ДТ „Рачо Стоянов“ представя ЧЕШИТИ в Дупница

Творческият тандем от „Село, село, пусто село“ (режисьор Невена Митева и хореограф Лъчезар Захариев) ви кани на новия си спектакъл по емблематични разкази от Чудомир – „Чешити“. В него са съхранени колоритния старинен език на Чудомир, животът в едно село, където битуват кой от кой по-изобретателни хора, способни да сътворят най-смешните и неповторими кукузулци (майтапи). Кой ще се окаже най-големият музевирин (майталпчия) с Лъчлив Съби, Ламбо Кръчмата, Нено Сенегалеца, Баба Ната или Черна Гана? И какво може да се случи в един, единствен ден в

кръчмата – ден като един човешки живот, гарниран с танци, пластични етюди и много смях? Например за да се продаде на градския тарикат едно дръгливо псе, да се установят няколко изневери, да се ожени заклетият ерген Павли и да се вземе страха на проклетата Стана.

Казват, че народите са като децата с не обичат да им се чете морал, а искат да стигнат до истините, развличайки се. Казват още, че ако сатирата е хирургическият нож, то хуморът е -спадкият мехлем“ за раната. Щом е така, не остава друго освен да си пожелаем този сладък мехлем да се про-



извежда масово и да се продава под път и над път, защото у нас има още много рани за лекуване“ (Чудомир).

ДТ „Рачо Стоянов“ представя постановката в салона на ОБДТ „Невена Коканова“ в Дупница на 21 юни от 19.00 ч.

4 учителки получиха награди по случай Деня на славяно-българската писменост и култура на 24 май в Дупница.



Наградените учителки - Добринка Диканска, Силва Крумова, Емилия Панайотова и Йорданка Зашева

Четири учителки от община Дупница бяха отличени тази година с почетното звание „Учител на годината“. Добринка Диканска получи награда в категория „Учител в детската градина“, Силва Крумова – „Начална учителка“, Емилия Панайотова - в категория „Учител в основното образование“ и Йорданка Зашева – в „Учител в средното образование“.

Учителите получиха наградите си от зам.-кмета на общината Красимир Георгиев, като церемонията се проведе на площад „Свобода“.

“24 май ни вдъхва вяра в собствените сили и ни връща към възрожденските идеали и добродетели на нашия народ. Да си учител днес, е благородно, но и много трудно. Вие не само давате знания на младите, вие ги правите хора, способни да се справят с предизвикателствата на живота. Нека бъдем верни на една цел – да възпитаваме признанието към родните ценности и българското самосъзнание в децата ни”, подчерта Кр. Георгиев.

Добринка Диканска е главен учител в ЦДГ №4 “Детелина” в Дупница, родена е в Пловдив, завършила е висше образование – магистър по предучилищна педагогика. Има 37 години стаж в детска градина. И притежава втора професионално-квалификационна степен.

Силва Крумова е главен учител по музика в ОУ “Евлоги Георгиев” в града, родена е през 1961 г. в Дупница. Завършила е магистратура начална педагогика в ЮЗУ, специализация – музика. Има грамота и плакет от международната конференция “Музиката и танците”. На националното състезание “Ключ към музиката”, проведено в Пловдив, се класираха пет нейни ученици, а двама от тях спечелиха първо и второ място.

Емилия Панайотова е главен учител и учител по български език в ОУ “Неофит Рилски” в Дупница. Тя има голяма роля за добрата подготовка и отличното представяне на нейните ученици в олимпиади и състезания. Учас-

тва в реализирането на различни иновативни проекти, реализирани в училището – “Изкуство за децата в училище”, “Форτισимо клас”. Ползва се с висок авторитет и уважение сред колеги, деца и родители.

Йорданка Зашева е родена през 1957 г. в Дупница. Магистър-филолог, преподавател по руски език в СОУ “Св. Паисий Хилендарски” в града. През 2016 г. получава почетен лист за подготовка на ученици за участие в областен етап на Третия национален фестивал на руската поезия, песен и танци “Пусть всегда будет солнце”.

След награждаването на изявените учители на сцената се качиха вокална група от ОУ “Неофит Рилски” с ръководител Костадин Димов, Райна Христова и Диана Градевска от фолклорното трио “Авлига” към НЧ “П. К. Яворов”, малките балерини от Школата по балет при читалище “Зора 1858” в града, с ръководител Мая Владимирова, група “Сладурите” на Магдалена Лобутова, танцовият ансамбъл “Зора” към читалище “П. К. Яворов”, с ръководител Дилиана Диканска, и ансамбъл “Рила” на Кирил Амбаров.



Малките балерини, участници в програмата.

Експозиция в Околийската къща в Дупница показва ценни документи на краеведа Никола Лазарков

Изложба на документи, завещани от краеведа на Дупница Никола Лазарков, откриха в галерия „Околийска къща“. Експозицията представи нейният главен организатор Явор Тодоров, който разказа интересни факти за изложените експонати, част от които са писма, писани до краеведа от лидера на ВМРО Тодор Александров, от Иван Михайлов, от най-дългогодишния областен управител на Кюстендилска област, който е дупничанин – Христо Янков.

Лазарков е бил касиер на дупнишката македоно-одринска организация, изключително честен и скромен, посочва Тодоров и допълва, че никъде не е споменавал, че е членувал в тази организация.

Тодоров разказа и за съдбата на ръкописите на Н. Лазарков, който е завещал 25 годи-



Кметът инж. Методи Чимев препоръча учениците да изучават миналото на града. Вляво - уредникът на галерията Катя Йоцова и Евгени Марушев.

ни след смъртта му да бъдат предадени на наследниците, като за целта са оставени на съхранение в дупнишка банка. Банката обаче е национализирана след 1944 г., а архивите ѝ заедно с ръкописите изчезнали.

Наследниците на краеведа потърсили ръкописите в БАН, открили ги и след редица перипетии ги получили. Посочено бе, че Н. Лазарков единствен дава информация за освобождението не само на Дупница, но и на Горна Джумая (Благоевград).

Евгени Марушев разказа, че стари жители на съседния областен център споделяли, че в младите си години в събота са идвали в Дупница на пазар, а ако е имало театрална постановка, оставали да я изгледат. По онова време на Благоев-

рад дори казвали Дупнишка Джумая, което е фиксирано и в Регионалния исторически музей там.

На откриването на експозицията присъства и кметът инж. Методи Чимев, който препоръча на подрастващите да бъдат организирани викторини, чрез които те да получат повече информация по краезнание.

Присъстваха и директорката на Общинския исторически музей Анелия Геренска, директорката на дирекция „Социални дейности“ Таня Петрова, Тодор Петков – ст. специалист „Образование и спортни дейности“ и др.

Организатори на изложбата, която ще остане до края на месеца в галерията, са и наследниците на Никола Лазарков и Общинския исторически музей в Дупница.



Явор Тодоров представи експонатите в изложбата.

Община Дупница бе избрана за “Екообщина №1 в България,”

Община Дупница бе избрана за „Екообщина №1 на България“ в годишните награди на Асоциацията на българските градове и региони. Церемонията по награждаването бе в началото на месеца по време на 12-ото Общо събрание, домакин на което бе Разлог. Организатори бяха Асоциация на българските градове и региони, чийто председател на УС е Найден Зеленогорски и немската фондация „Конрад Аденауер“. При откриването Ергин Емин, изпълнителен директор на АБГР, подчерта, че организацията вече 12 години осъществява съвместни проекти с фондация „Конрад Аденауер“. Настоящият проект е част от това сътрудничество за подкрепа на градските власти и администрация, за повишаване на ефективността на управлението в градовете – в интерес на гражданите и в съответствие с европейските ценности и стандарти. Зеленогорски изрази надежда, че Асоциацията ще си сът-



Кметът на Дупница инж. Методи Чимев получава наградата за най-добра екообщина.

руднички и занапред с общините и представителите на местната власт в България.

„От номинацията не бях изненадан, но от първото място – да. Признанието е много голямо като се има предвид кои са организаторите и какви високи критерии имат. А и говорим за категория, в която всеки един кмет се опитва да направи и още, и още за своето населено място в тази сфера. С реализирането на проектите по „Зелена и достъпна градска среда“ и с наши средства от бюджета, направихме Дупница по-красиво, по-зелено и много по-уютно място за живот“, коментира инж. Чимев, който получи наградата си от Емин. В Югозапада само още една награда от 14-те категории бе спечелена и тя бе за кмета на Разлог Красимир Герчев, който получи грамота и статуетка за „Инвестиции“.



Момент от церемонията. Горената наградата на община Дупница.



Нестандартни художници от 6 училища рисуваха под мотото „Аз обичам България“ на „Графити фест“ в Благоевград

За осма поредна година в Благоевград се проведе „Графити фест“, който тази година мина под мотото „Аз обичам България“. Инициативата бе организирана от Община Благоевград, Младежкия дом и Детския парламент. Арт-художници от шест училища в Благоевград показаха своя творчески талант като изрисуваха специално пригответените бели платна, окачени на Моста на влюбените в Благоевград. Организаторите споделиха, че основната идея на събитието е да се популяризира стрийт културата и да се даде възможност на графити артисти да творят заедно.

„Скритата цел на такъв тип събития е да дадем възможност на младите хора да рисуват на определени места. Нека да изразходват тук на платната своя потенциал, а не по сградите. Трябва да пазим това, което е сътворено, защото в крайна сметка ние сме стопани на всичко“, каза за Радио Благоевград директорът на Младежкия дом Стоян Веселински.



Всеки отбор разполагаше с 6 цвята на спрейове. Жури от специалисти определи най-добрите участници.

Първото място заеха отборът на НХГ „Св. св. Кирил и Методий“ - Благоевград. Среброто отиде при отбора на СОУИЧЕ „Св. Климент Охридски“, третото място остана за Природо-математическата гимназия „Акад. С. П. Корольов“.

Благодарение на фестивала, талантливите райтъри, както нари-

чат художниците на графити, покажаха на жителите и гостите на областния център на Пиринско, че те не са „драскачи“, а художници, които създават шедьоври. Организаторите бяха подготвили и богата музикална програма, която съпроводи събитието.

За поредна година след „Графити фест“ изрисуваните платна ще бъдат изложени на импровизирана изложба в сградата на Младежкия дом. bnr.bg/blagoevgrad

ОТКРИВАТ В ШИШКОВЦИ СТУДЕНТСКИЯ ПЛЕНЕР „В ДУХА НА МАЙСТОРА“

Когато в Галерията влиза младостта, усещането за празник е още по-осезателно. За трета поредна година Художествена галерия „Владимир Димитров - Майстора“ посреща студенти от Художествената академия. Те ще творят в с. Шишковци, което за Майстора е „столицата на рая“, ще черпят вдъхновение от красивата природа на Земенското дефиле, Скакавишкия водопад и Кюстендилското поле. Сътвореното там, по стъпките на Рисувача, ще бъде представено в Художествена галерия „Владимир Димитров - Майстора“.

Част от културната политика на Галерията е да подпомага изяви на млади артисти. Студентският пленер „В духа на Майстора“ дава поле за изява на начинаещи творци и им предоставя възможност да заявят таланта си. В проекта участват 16 студенти с 7 от специалност „Скулптура“ и 9 от специалност „Живопис“. Официалното откриване на пленера е на 14 юни 2016 г. от 11.00 ч. в къща музей

„Владимир Димитров - Майстора“ с с. Шишковци, след което участниците ще имат възможност да посетят Художествената галерия и да се запознаят със забележителностите на град Кюстендил.

На 17 юни от 19.00 ч. студентите ще участват в среща с творчеството на кюстендилски поети и музикални изпълнители „Поетия и музика край Струма“ в с. Шишковци, организирана от Народно читалище „Асклепион 1998“ - гр. Кюстендил.

На 18 юни от 19.00 ч. участниците в пленера ще присъстват в ОБДТ на фолклорен танцов спектакъл „Магията на танца“ с режисьор и хореограф Евгений Вучков.

На 24 юни от 18.00 ч. в залите на Галерията ще бъде открита изложба с творби на студентите, създадени по време на пленера.

Пленерът се осъществява със съдействието на обществеността и кмета на село Шишковци.

СТУДЕНТСКИ ПЛЕНЕР

„В духа на Майстора“

на организатори от БКА, специалности „Живопис“ и „Скулптура“

13 юни, 11.00 ч.

Присъствие на пленера в къща музей в село Шишковци

14 юни, 11.00 ч.

Откриване на пленера в къща музей в село Шишковци

14 юни, 19.00 ч.

Посещение на ХГ „Д-р Димитров - Майстора“ и посещение на читалище „Асклепион 1998“ в град Кюстендил

17 юни, 19.00 ч.

Лекция и музикален концерт „Поетия и музика край Струма“ - организатор Народно читалище „Асклепион 1998“

18 юни, 19.00 ч.

Кюстендилски танцов спектакъл „Магията на танца“ - режисьор Евгений Вучков

23 юни, 12.00 ч.

Присъствие на пленера в къща музей в село Шишковци

24 юни, 18.00 ч.

Откриване на изложба с творби на участниците в пленера в къща музей в село Шишковци



Шишковци, 13 - 24 юни 2016

Художничките от арт ателие “Дон Кези” с нови отличия от пленера по рисуване “Приключения в огледалния свят” в Сливен и НК “Казанлъшка роза” 2016 г.

Възпитанички на дупнишкото арт ателие „Дон Кези“ спечелиха поредни награди с таланта си да рисуват. Филипа Тодорова и Ани Узунова получиха признание на пленер по рисуване на тема: „Приключения в огледалния свят“, който е част от XVIII фестивал на детската книга в Сливен.

„След тридневно участие в пленера, в който се включиха едни от най-силните школи по изобразително изкуство в страната, съм горда от постиженията на Филипа Тодорова и Ани Узунова! С поощрителна награда беше удостоена рисунката на Анна Узунова спече-

за участие на Филипа!”, споделя ръководителката на ателието Елена Марулевска. Тя е доволна от топлото посрещане и перфектната организация. „Благодаря и на моите деца, които показаха умения и се справиха отлично! Те са смисълът на това, което правя!“, казва още Марулевска.

В пленера за детска рисунка се включиха над 280 деца от цялата страна на възраст от 7 до 15 г., разделени в три възрастови групи. Жури в състав Петър Станимиров, Борис Стоилов и Христо Тотев отличиха 18 участници.

Преди дни Анна Узунова спече-

ли първо място от XIII НК “Казанлъшка роза” 2016 г., гр. Казанлък в направление приложно изкуство - раздел “Дърво”, а Радина Перанова - трето място за рисунката в направление изящно изкуство!

Награждаването на отличените участници се състоя на 3 юни т. г. във Военния клуб в гр. Казанлък. Конкурсът „Казанлъшка роза“ се провежда в рамките на ежегодния за град Казанлък Фестивал на розата - привличащ много гости от страната и чужбина.



Филипа Тодорова, Ани Узунова и Радина Перанова (вдясно).



ТВ ПРОГРАМАТА

Програмата на театрите - София

<http://www.operasofia.bg/>

кино - Кюстендил <http://www.kino.theatrekyustendil.com>

Кино CINEMAX

<http://www.kino.gbg.bg>

<http://www.start.bg/lenta/cinema.php>



БГ Art Start.bg - сайтове и галерии на български художници, скулптори, занаятчии

<http://literaturesviate.com/>

<http://www.fakel.bg/>

<http://bgbileti.com/>

<http://www.kulturbench.com>

<http://bulgariaart.wordpress.com>

<http://www.festivals.bg/>

20 от най-красивите местности в Европа

Как се развива италианският град, който продава къщи по 1 евро?

Регистър на туристическите атракции в България

<http://www.bgchudesa.com/>

<http://www.svetimesta.com/>

Календар за туристически събития

Полезни
сайтове

<http://hermes.superhosting.bg/> (Водач за българските планини)

<http://btourism.com/> <http://bulgariatourism.blogspot.com/>

<http://www.sabori.bg/>



БИКЦ - Сандански

Бизнес Информационен и Консултантски Център - Сандански
Европейски Информационен и Иновационен Център - Сандански

ул.Скопие 5, П.К.50 2800 Сандански
Тел.: +359 746 30549 Тел./Факс: +359 746 32403
E-mail: office@bicc-sandanski.org www.bicc-sandanski.org
www.southwest-business.com



enterprise
europe
network

В подкрепа на бизнеса



ЕВРО
КАИМА

ОТОРИЗИРАН МОНТАЖЕН ЦЕНТЪР

гр. Дупница, жк "Бистрица", бл. 46, вх. "Б", ет. 1,
тел.: 0887/ 312 267, офид: 0701/ 4 02 73,
e-mail: loroklima@abv.bg

Доставка и монтаж на
климатична техника



Сервиз и-магазин
за резервни части
на бяла техника

Оторизиран гаранционен
сервиз на марките:
„Панасоник“, „Самсунг“, „Нео“,
AEG, „Електролюкс“ и др.

<http://www.euroklima-bg.com/>

Ние ценим Вашето време!

Сибитер Куриери

0700 11 121, 088 77 26 891

КУРИЕРСКИ УСЛУГИ ЗА
СТРАНАТА И ЦЕЛИЯ СВЯТ

Групажи и карго

Вечно в движение
Semper in motu

Сайтове - събития, концерти, изложения

Концерти, спорт, културни събития

Календар на събитията

Предстоящи концерти (Про-Рок)

Изложбите в София

<http://kafene.bg/>

<http://sofia-art-galleries.com/>

● Туристическа агенция "ЗОРИ"

гр. Кюстендил, ул. Иларион Ловчански
№25, тел./ факс: 078/ 522 445, 0887 264 331
office@zorieood.com www.ZoriEOOD.com

● Туристически Информационен Център -
гр. Банско пл. "Никола Вапцаров" 1, 0749/ 885
80, infocenter@bansko.bg www.bansko.bg

● Туристически информационен център
"ТЕЙЗЕРА" - Сапарева баня 0707/23 232

● Посетителски център за НП "Рила" - курортно
селище Паничище, 0701/ 5 67 57

● Туристически информационен център -
Невестино, 07915/ 22 71

● Информационен център - гр. Рила
пл. "Възраждане" №1, тел.: 0701 985 21,
0886 89 89 56

● Туристически информационен център-Сандански
Ул. Македония 28 (до ГУМ)
Тел. 0884 898 976; 0882 050 176

<http://www.touristmedia.info>

<http://www.naselo.net/>

<http://www.visit.bg/>

<http://www.ukazatel.bg/hotels>

<http://selo.bg/>



супер оферта от Кабел Сат-Запад
Аналогова ТВ + Цифрова ТВ + Интернет
еднакви условия за нови и постоянни абонати
на територията на общините:
Дупница, Сапарева баня, Бобош дол

За пакетна услуга"

- Аналогова телевизия
- Цифрова телевизия с над 110 програми
- 10 Mbps Високоскоростен интернет

БЕЗПЛАТНО ВКЛЮЧВАНЕ, БЕЗПЛАТЕН МОДЕМ, БЕЗПЛАТЕН ЦИФРОВ ПРИЕМНИК

ЗА КОНТАКТИ: ТЕЛ: 0701/5-15-11; GSM: 0885/600-800, 0895/455-454; 0878/600-887

Сензационна
цена от

29⁹⁹

лв. на месец

ПРЕДПЕЧАТ И ПЕЧАТ НА

КНИГИ

РЕКЛАМНИ МАТЕРИАЛИ

фотография

0899 34 20 20